

Andylea Patrícia Correia Lopes

**GINÁSTICA RÍTMICA NAS ESCOLAS
SECUNDÁRIAS DA CIDADE DA PRAIA**

Trabalho Científico apresentado na Universidade de Cabo Verde para obtenção do grau
de Licenciatura em Educação Física, sob a orientação de:

Licenciada Helena Atmacheva

Trabalho científico subordinado ao tema “*Ginástica Rítmica Nas Escolas Secundárias da Cidade da Praia*”, elaborado por, Andylea Patrícia Correia Lopes, aprovado pelos membros do júri, com requisitos favoráveis, a obtenção do grau de Licenciatura em Educação Física.

O júri
Presidente

Arguente

Orientador (a)

Praia, _____ de _____ de 2010

Dedicatória

A minha querida e amada mãe,
Martina Correia, pela incansável
força e apoio durante todo esse
percurso, que me tem tornado
cada vez mais forte e capaz.

Agradecimentos

Primeiramente agradeço à Deus pela força nos momentos que mais difíceis e angustiosos da minha vida, pela alegria no momento de glória e pela dádiva da vida.

Ao meu pai, Aguinaldo Lopes, meu porto seguro, amigo sempre presente, sem o qual nada teria feito e alcançado.

À minha mãe, que sempre incentivou meus sonhos e estive sempre presente para me guiar e acompanhar.

Aos meus adoráveis amigos, sem exceção, que nunca me abandonaram no momento de luta e de medo, de derrota e de vitória e principalmente no momento de um abraço carinhoso.

Ao Kwame Gamal, Professor e amigo, pelo seu permanente incentivo e confiança na minha pessoa.

À minha amada e adorada professora/orientadora, Helena Atmacheva que foi e será sempre o meu exemplo de perfil de vida a seguir.

À escola de circo “Circ’ Áfri”, pela amizade, alegria e energia positiva que me deram, de braços aberto, e com um sorriso enorme e arrebatador.

Ao querido e prezado Elísio Barbosa, pela presença constante durante todos os momentos da minha vida.

E de uma forma geral agradeço a todos os que directa ou indirectamente colaboraram na execução desse trabalho.

Siglas e Abreviaturas

GR	Ginástica Rítmica
EF	Educação Física
E.F.E	Educação Física Escolar
I.P	Instituto pedagógico

ÍNDICE

PARTE I

CAPÍTULO I – INTRODUÇÃO	10
1. GINÁSTICA RÍTMICA	13
1.1. Ginástica Rítmica – O que é?.....	13
1.2. Um pouco da História	15
1.3. Características da Ginástica Rítmica	17
2.OS EFEITOS BIOPSICOLÓGICOS E INTER-SOCIAIS DA PRÁTICA DA GINÁSTICA RÍTMICA..	18
CAPÍTULO III – FUNDAMENTOS DA GINÁSTICA RÍTMICA.....	20
1. A TÉCNICA CORPORAL DA GINÁSTICA RÍTMICA	20
1.1. As Regras de Ouro.....	20
1.2. Os Princípios	21
1.3. As Acções Motoras.....	21
1.4. Os Grupos Fundamentais	22
1.5. Os Elementos Pré-Acrobáticos.....	24
2. A TÉCNICA COM APARELHO DA GINÁSTICA RÍTMICA	24
CAPÍTULO IV- A EDUCAÇÃO FÍSICA/GINÁSTICA RÍTMICA	26
1. A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR SEGUNDO OS CURRÍCULOS	26
1.1. A Ginástica Rítmica face às propostas curriculares em Educação Física... 29	
1.2. A Ginástica Rítmica enquanto possibilidade na escola	31
1.3. A Ginástica Rítmica e as Lacunas Curriculares	34
CAPÍTULO V - METODOLOGIAS DE ENSINO DA GINÁSTICA RÍTMICA ...	37
CAPÍTULO VI - DA EDUCAÇÃO PSICOMOTORA	44
1. A EDUCAÇÃO DA MOTRICIDADE.....	44
CAPÍTULO VII - METODOLOGIA.....	48
1. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA	49
2. QUESTIONÁRIO	49
3. RECOLHA E TRATAMENTO DE DADOS	50
4. ANÁLISE DE DADOS	51
5. APRESENTAÇÃO E LEITURA DOS GRÁFICOS	51
6. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS.....	61

7. CONCLUSÃO	65
8. LIMITAÇÕES E RECOMENDAÇÕES.....	67
9. BIBLIOGRAFIA.....	68
ANEXO 1 – QUESTIONÁRIOS AOS PROFESSORES.....	71

Índice de gráfico

Gráfico 1 – Géneros dos Professores	51
Gráfico 2 – Idade dos professores.....	52
Gráfico 3 – Tempo de Serviço.....	52
Gráfico 4 – Habilitação Académica	53
Gráfico 5 – Conhecimento Sobre a GR.....	53
Gráfico 6 – Lecciona a GR na escola.....	54
Gráfico 7 – Motivo para não leccionação da GR	54
Gráfico 8 – Presença da GR na Formação dos professores.....	55
Gráfico 9 – Abordagem dos conteúdos da GR nos programas de Educação Física	55
Gráfico 10 – Condições para a prática da GR na escola	56
Gráfico 11 – Interesse dos colegas em relação à GR.....	56
Gráfico 12 – GR contribui para o desenvolvimento motor dos alunos.....	57
Gráfico 13 – Concordar com a leccionação da GR nas escolas secundárias	57
Gráfico 14 – Motivo da leccionação da GR nas escolas.....	58
Gráfico 15 – Impacto da GR nos alunos	58
Gráfico 16 – Nível mais apropriado para iniciar a GR nas escolas	59
Gráfico 17 – Justificação do gráfico 16	59
Gráfico 18 - Método mais adequado para ensinar a GR	60
Gráfico 19- Conteúdos mais adequados para trabalhar na GR na escola	60

APRESENTAÇÃO E ESTRUTURA DO TRABALHO

O presente trabalho encontra-se organizado em duas partes e sete capítulos. Na primeira parte, de enquadramento teórico, encontra-se os capítulos um a seis. No primeiro capítulo vamos encontrar a introdução do trabalho, o segundo capítulo aborda a fundamentação teórica que sustentou o estudo, o terceiro os fundamentos da Ginástica Rítmica e o quarto capítulo é destinado à Educação Física verso Ginástica Rítmica, o quinto capítulo, bastante importante, aborda os métodos de ensino da Ginástica Rítmica e o sexto e último capítulo da primeira parte destina-se à educação psicomotora.

Na segunda parte do trabalho apresentamos o capítulo cinco, assim como a bibliografia consultada e os anexos. O capítulo sete é reservado ao estudo de campo e os seus componentes. Nesse mesmo capítulo, vamos encontrar uma conclusão final e as limitações e recomendações do estudo.

CAPÍTULO I – INTRODUÇÃO

A presente monografia de Licenciatura em Educação Física aborda a problemática da inserção/abordagem da Ginástica Rítmica nas escolas secundárias da Praia.

A experiência de mais de 10 anos como ginasta, a participação em grupos de ginástica geral, o trabalho, como professora de Educação Física (EF), o amor pela modalidade e a vontade de enriquecer o repertório dos nossos alunos, leva-nos a ter uma visão mais crítica e mais cuidada dos benefícios da Ginástica Rítmica (GR) nas escolas secundárias da Praia.

Esse trabalho pretende contribuir para o enriquecimento do Programa de Educação Física, no sentido de facilitar a consecução prática dos objectivos preconizados pelos currículos de Educação Física Escolar (E.F.E), em face das dificuldades estruturais existentes em se cumprir cabalmente os mesmos, devido à diversidade de conteúdos concomitante com uma falta de recursos humanos e materiais.

Também, esse trabalho poderá servir como um suporte para a aplicação e desenvolvimento da Ginástica Rítmica nas escolas secundárias da Praia, abordando sua ampla gama de acções motoras e suas possíveis combinações.

A GR é um desporto que proporciona o desenvolvimento de todas as características (físicas e psicológicas) para o seu praticante, através de várias oportunidades de movimento, que se, devidamente relacionada com afirmações quase consensuais dos estudiosos desenvolvimentistas, que revelam sobremaneira o papel das experiências motoras (gesto) no desenvolvimento do ser humano, nos levará à conclusão do quanto útil a sua prática poderá ser para o referido desenvolvimento.

Assim, TANI et al (1988) citado por Monteiro (2000) considera que os movimentos “são de grande importância biológica, psicológica, social e cultural, desde que é através de movimento que o ser humano interage com o meio ambiente”.

Ainda, os mesmos autores afirmam que o “movimento é visto como um elemento essencial na aprendizagem, visto que é através dele que o ser humano explora o ambiente, e isto é muito importante para a percepção e, consequentemente para a aprendizagem”.

Nesta linha de pensamento, é considerar dizer que, quanto mais experiências motoras tiver uma criança, melhor e mais sólida será o seu desenvolvimento.

A GR oferece uma variedade enorme de experiências motoras (e no caso aliada a vivências rítmicas, criativas e expressivas) serão de certa um auxílio importante para uma programação educativa desenvolvimentista.

As questões que nortearam a realização desse estudo estão relacionadas com a não leccionação da GR nas escolas secundárias, especificamente nas escolas secundária da Praia, uma vez que, ela está presente no processo de formação dos profissionais de Educação Física, como a GR pode ser ensinado aos alunos, ou seja, o método mais adequado e os conteúdos mais apropriados para o ensino da GR nas escolas secundárias. Constitui, pois, nossa preocupação, adquirir conhecimentos que nos possam conduzir a uma melhor compreensão da situação acima referida, aceitando as dificuldades de levar a GR nas escolas e contribuindo a favor da inserção da GR nos currículos escolares.

Nesta linha, definimos os seguintes objectivos do estudo a realizar: contribuir para o enriquecimento da programação curricular educacional, no sentido de facilitar a consecução prática dos objectivos preconizados pelos currículos de Educação Física Escolar, contribuir para a solução do problema na aquisição do acervo motor dos alunos em virtude do cumprimento insatisfatório dos programas e aumentar o leque de escolha particular o desporto escolar.

De uma forma geral, pretende-se com o estudo perceber de que forma a GR contribui para o desenvolvimento da criança no contexto educativo e social.

Um dos papéis da GR é ajudar no desenvolvimento, aprimoramento e melhoria das categorias motoras (estabilização, locomoção, manipulação). Isto incorpora uma ampla série de experiências de movimentos, para que as crianças desenvolvam e refinem suas habilidades motoras, além de promover o desenvolvimento dos domínios cognitivo, afectivo e social, ela favorece a essa compreensão, pois é uma modalidade que tem o ritmo como um dos seus fundamentos. A GR, visa desenvolver o corpo em sua totalidade.

Esses objectivos e características da GR vai de encontro aos objectivos da Educação Física, que no caso, é o desenvolvimento harmonioso do corpo e da mente, o que nos leva a pensar que seria aplaudível acolher a GR no seio da Educação, ou melhor dizendo, como um integrante do currículo escolar.

Para além disso, mais convictos vamos ficar se nos atermos à realidade escolar presente, em que a actuação dos professores de Educação Física, na grande maioria dos casos, se

mostra ainda incompleta, principalmente no que se diz respeito na diversificação da oferta de actividades motoras, trazendo as óbvias consequências ao nível do desenvolvimento motor (e suas implicações indirectas no desenvolvimento afectivo, social e cognitivo), e em face a uma crescente valorização da GR como uma actividade de carácter interactivo inegável (em virtude da amplitude de valência que trabalho) propomo-nos a contribuir para uma explicação da contribuição da GR para o desenvolvimento integral das crianças e jovens escolares, e assim, colmatar as lacunas de uma eventual actuação “deficiente” do (s) profissional (ais) de Educação Física Escolar.

Assim sendo, o presente trabalho visa justificar a oferta deliberada e institucionalizada (pelos órgãos competentes) da Ginástica Rítmica nas escolas secundárias, não somente enquanto conteúdo de um componente curricular (Educação Física), ministrado no rol das práticas preconizadas para o mesmo, mas também, enquanto componente curricular paralelo à Educação Física (como uma modalidade do desporto escolar).

Isto todo com base numa análise da contribuição da prática da GR para o desenvolvimento humano integral.

No trabalho que apresentamos, abordamos, uma breve história da GR, o seu significado, as suas características, a importância do movimento e do ritmo na GR, e os métodos de ensino da GR nas escolas.

Nessa mesma perspectiva, faremos referência à Educação Física Escolar, o contributo que a GR pode dar às propostas curriculares de EF, e também, foram abordados temas sobre a psicomotricidade versus GR.

CAPÍTULO II - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1. Ginástica Rítmica

1.1. Ginástica Rítmica – O que é?

Em nossa era a Ginástica compõe um sistema de exercício físico especialmente seleccionados de metidos elaborados cientificamente, dirigidos a solucionar os problemas de desenvolvimento físico integral, como o aperfeiçoamento das áreas psicomotoras e a melhoria do estado de saúde de seus praticantes.

Em 1946, na então União Soviética, surge o termo “rítmica”, devido a utilização da música e da dança durante a execução de movimentos. A actividade física de expressão gímnica e artística baseia-se num conjunto de interacção entre o corpo, os aparelhos manuais e suavidade dos movimentos (Barros, 2002).

A Ginástica Rítmica é admirada pela sua suavidade e harmonia dos movimentos, elegâncias, expressividade e beleza integrados às variações de movimentos, música e ritmo.

A Ginástica Rítmica é um desporto essencialmente feminino. Ela utiliza a linguagem corporal como um dos seus meios de linguagem, onde os gestos gímnicos e artísticos, unidos, descrevem a linguagem e o movimento através de interpretações realizadas pelo corpo.

A GR Também é definida como uma relação harmoniosa entre o corpo em movimento, os aparelhos manipulados e a relação com a música, possibilitando assim toda a sua expressão.

A Ginástica Rítmica é um sistema de actividades físicas e artísticas, adaptadas às condições psíquicas, física e morfológicas da mulher. Apresenta um conjunto sucessivo e variado de movimentos executados em sua globalidade com expressividade, ritmo e variações dinâmicas, com os seus aparelhos manuais.

A corda, o arco, a bola, a fita e a maça são aparelhos utilizados nessa actividade desportiva, onde são manipulados em conjunto com a música, através de movimentos sincronizados e interpretações.

A GR é aconselhado a ser praticado a partir dos quadro anos de idade, onde a criança já possui um esquema corporal organizado, fazendo integração de movimentos e aparelhos, junto com a música, a partir de brincadeiras e jogos cantados.

A Ginástica Rítmica pode ser praticada individualmente ou em conjunto. Acompanhado com a música, o que o faz diferenciar das outras ginásticas. Os aparelhos utilizados na prática da Ginástica Rítmica têm as seguintes características:

- A) **Corda** – este material pode ser feito de qualquer material sintético e seu tamanho deve ser proporcionada ao tamanho da ginasta. Os elementos devem ser realizados com a corda aberta ou dobrada, presa em uma ou duas mãos, em direcções diferentes, sobre diferentes planos. Não se pode toca-la no chão, fazendo com que os saltitares e saltos sejam mais altos. Movimentos cruzados lançados, movimentos em oito. Com a corda os movimentos corporais são mais rápidos, dinâmicos e seguidos, sem interrupção.
- B) **Arco** – o aparelho é feito de madeira ou plástico, deve ser rígido, sem se dobrar. O arco define um espaço, esse utilizado plenamente pela ginasta, que se move de acordo com o círculo formado. Os movimentos começam com os grandes círculos, trabalhando com uma ou duas mãos, com progressão e amplitude dos movimentos.
- C) **Bola** – é feita de plástico ou borracha. É o único aparelho que não é permitido segurar, e sim, apoiar nas partes do corpo, isso significa uma relação mais sensual entre o corpo e aparelho. Para a execução dos movimentos, todo o corpo participa, a bola não pode ficar parada, porém muda de posição gradualmente nas diversas partes do corpo, batida no solo.
- D) **Maças** – as maças são feitas de madeira ou de plástico. A delicadeza das mãos é fundamental para se trabalhar com o aparelho. Os exercícios requerem alto grau de ritmo, coordenação psicomotora e precisão para coincidir as pegadas. Nesse aparelho trabalha-se as circundações pequenas, médias e grandes. Grandes lançamentos, moinhos (exercícios com braços cruzados) e trabalho alternados com as duas maças são feitos com um tempo maior de treinamento.
- E) **Fita** – este aparelho é formado por duas partes: o estilete, que segura a fita, é feito de madeira, bambu plástico ou fibras de vidro. A fita é de cetim, suas funções é criar desenhos no espaço. Seus voos no ar formam imagens e formas de todo os tipos. Esse aparelho exige da ginasta coordenação, leveza, agilidade e plasticidade, exige movimentos de maior destreza e amplitude. Ela deve estar sempre ao longe do corpo para dar impressão de amplitude, de afastamento, de liberdade da mão. Os movimentos devem estar assimilados, criando um movimento visível no ar, com efeito de beleza.

1.2. Um pouco da História

A história nos mostra que a GR é um desporto recente, muito complexo e que teve seu início na necessidade e competência de um grande profissional em querer desenvolver a percepção musical através de movimentos corporais expressivos e contextualizados.

Um dos primeiros relatos acerca do princípio da actividade física associada ao ritmo vem de Rousseau (1712-1778) citado por Molinari, (s/de), que realizou um estudo sobre o desenvolvimento técnico e prático da ginástica para a educação infantil. Foi por meio dos trabalhos de Muts (1759-1839), considerado um dos pioneiros da ginástica, que se obteve o desenvolvimento das actividades ginásticas relacionadas ao fortalecimento do indivíduo e também com o propósito de proporcionar saúde e preparação para a guerra.

O lado artístico da Ginástica Rítmica teve suas raízes lançadas por Delsarte (1811-1871), que caracterizou o seu trabalho pela busca da expressão dos sentimentos através dos gestos corporais.

Foi Bode, considerado criador da Ginástica Rítmica, quem estabeleceu os princípios básicos da mesma, os quais até hoje são consideradas importantes e seguidos. Suas teorias são fundamentadas no princípio da contracção e relaxamento, que é a própria essência do movimento humano e forma a unidade do ritmo corporal. Quanto ao espaço explorou as direcções e planos em todas as suas possibilidades, o que constitui a base da variação dos deslocamentos na Ginástica Rítmica actual.

Introduziu a ginástica de expressão e o trabalho em grupos, destacando a colaboração e harmonia das participantes.

Duncan (1878-1929), seguidora de Bode, adaptou o sistema à dança e o levou a antiga União soviética e lá iniciou o ensino desta nova actividade como desporto independente e com manifestações competitivas.

O alemão Medau estudou os exercícios rítmicos e iniciou a introdução de aparelhos como a bola, as maçãs e o arco, dando o primeiro passo para a utilização dos aparelhos nos exercícios femininos. (Jornal livre, 2008)

A Ginástica Rítmica Desportiva surgiu basicamente de um movimento da Ginástica Rítmica, desenvolvida por Emile Jaques-Dalcroze, no período de 1903 a 1910, sendo que em seu método para o aprendizado da rítmica, percebeu que seus alunos faziam movimentos involuntários de certas partes do corpo, onde deduziu que deveria haver uma relação entre a audição e os centros nervosos superiores.

Já em 1958, Hanebuth citado por Molinari, (s/d), acreditava que a Ginástica Rítmica significava “a encenação e a formação do movimento orgânico do homem com ou sem aparelhos”. É interessante notar na citação que se segue sugestão de movimentos com aparelhos. Pode-se observar nas palavras de Langlade (s/d), como a concepção de Ginástica Rítmica foi enriquecida:

“ La gimnasia rítmica, sobre todo con los novicios, tiene que ser sencilla en la forma de los movimientos integrales, al desarrollar los arrastres, los impulsos y los saltos en la marcha, en la carrera o en el lugar, con o sin aparatos manuales a partir de las fuerzas usuales, con las cuales el hombre y a esta familiarizado, sea en su trabajo diario, sea en sus otros deportes. Y solamente deparará complacencia lo que se gane sobre estas formas habituales, lo cual a su vez elevará a formas que se sentirán como libres.”(LANGLADE, s/d).

A Ginástica Rítmica vincula-se à Ginástica Artística nos Jogos Olímpicos e nos Campeonatos Mundiais até 1956, onde as ginastas além das provas de trave, barras e saltos, executavam séries em grupo com aparelhos manuais (BIZZOCCHI e GUIMARÃES, s/d).

Em 1956, a Ginástica Rítmica foi desvinculada da Ginástica Artística deixando de fazer parte dos Jogos Olímpicos, sendo então disputada em eventos específicos da modalidade em Campeonatos Europeus e Mundiais. Em 1962, a Ginástica Rítmica Desportiva é conhecida pela Federação Internacional de Ginástica, oficializando assim os Campeonatos Mundiais de dois em dois anos.

Em 1978, também oficializa-se os Campeonatos Europeus e em 1984 ela participa como modalidade independente nos Jogos Olímpicos de Los Angeles.

A história social desenvolvimento da GR é interessante, reflecte sobre a sua identidade desportiva, suas características e seu crescimento.

A G.R. através de sua recente história e reconhecimento afirma-se com um número cada vez maior de adeptos.

1.3. Características da Ginástica Rítmica

A GR é um dos desportos mais criativos, onde a imaginação juntamente com a música e a expressividade corporal vão embelezar o tecnicismo da modalidade.

Esta modalidade é muito vistosa, requer um elevado grau de habilidade, flexibilidade, coordenação e elegância da executante, sendo particularmente atraente para o espectador.

A ligação de movimento corporal – movimento do aparelho, de acordo com um acompanhamento musical, é a exigência fundamental deste desporto.

Lecomte (1984) considera a GR como uma prática desportiva artística, no entanto, por um lado julga ser uma actividade desportiva, na medida em que está sujeita a regulamentação específica e à procura da excelência da performance. Contudo, e por um lado, terá que ser considerada também como uma prática artística, referenciada a princípios de harmonia, de amplitude, de ritmo, de composição e de criação.

Entretanto Cassagne (1990), esclarece que a dimensão artística está associada a aspectos relacionados com a emocionalidade, a comunicação, a criatividade, a expressividade e a interpretação.

Na literatura especializada a Ginástica Rítmica é muitas vezes caracterizada como um desporto arte, voltada para o desenvolvimento da expressão corporal criativa e a expressão plástica do movimento, no qual o movimento estético, a expressividade e a criatividade são as suas principais características (RODRIGUES, 1987, citado por MENDIZÁBAL e MENDIZÁBAL, 1985).

A GR é constituída como a busca do belo, uma exploração de talentos e criatividade, em que a expressão corporal e o virtuosismo técnico se desenvolvem juntos, formando um conjunto harmonioso de movimento (Laffranchi, 2000).

Na GR o corpo deve realizar, sempre, a parte maior do “trabalho”, e em todos os movimentos com aparelhos manuais, deve acompanhar a trajectória traçada pelo aparelho, educando os impulsos, as transferências, o ritmo, a forma, as direcções, os acentos, a execução dos mesmos com acerto, dando ao que executa a sensação de prazer (Saur, s/d, Pallares, 1983).

Para Berge (1981), o jogo ritmado, pela sua cadência, solta os movimentos. As zonas muito tensas inerentes são estimuladas, o interesse é despertado e os reflexos são activados.

O trabalho corporal constitui o fundamento da Ginástica Rítmica, assim sendo, é muito importante a aquisição de consciência de movimento, sensibilidade para a sua estética e desenvolvimento do sentido do ritmo (Bodo-Schmid, 1979).

No nosso entendimento a Ginástica Rítmica é o resultado da evolução da Ginástica Moderna, pelas suas características e avaliação segundo critérios técnicos. Os exercícios têm uma determinada duração e estão regidos por um código de pontuação. É portanto, um desporto de competição.

A GR avalia-se, entre outros pontos, qualidades como a originalidade e expressão. Quanto a originalidade, o código de pontuação esclarece que se deve construir uma criação técnica, preservando o espírito e o carácter da modalidade e não a procura de um efeito espectacular.

A expressão deve permitir compreender o discurso proposto pelos movimentos, evitando exageros e expressões teatrais (mímica e pantomina), e sem sair do domínio gímnico (Martins & Iguatemy, 1998).

2. Os efeitos biopsicológicos e inter-sociais da prática da Ginástica Rítmica

“ [...] A Ginástica Rítmica Desportiva, permite, por meio de um programa de conteúdos adequados e lógicos, conduzir a uma espontaneidade e flexibilidade de execução e criatividade de movimentos, beneficiando os praticantes com aquisição de comportamentos e atitudes interiores e exteriores que contribui para a conquista de um equilíbrio psicossomático.” (PALLARÉS, 1983, p.21).

A semelhança das outras modalidades desportivas, a prática prolongada de GR promove benefícios significativos no desenvolvimento, aperfeiçoamento e manutenção da maioria das capacidades motoras, condicionais e qualidades coordenativas, tendo um papel equilibrante e harmonizadora no desenvolvimento psicomotor da criança e jovem. Para além da incrementação das capacidades motoras, a GR, através da sua gestualidade diversificada e criativa, promove a integração de todas essas capacidades e qualidades, na medida em que melhora a coordenação motora, a orientação espaço-temporal, em virtude da amplitude de vivência planar e direccional dos movimentos (todos os planos e todas as direcções) que promove. Também desenvolvimento a capacidade cognitiva do indivíduo em crescimento, na medida em que oferece uma estimulação neuro-motor muito rica e diversificada, que faz estabelecer novas sinapses neurais, abrindo mais

canais à comunicação interneural, chave de uma inteligência analítica precisa. (MONTEIRO, 2000)

Todos esses benefícios vão traduzindo numa melhoria do bem-estar do indivíduo, que desempenhará melhor suas actividades quotidianas, o que redundará numa melhoria da sua auto-estima, que por sua vez, favorecerá o seu relacionamento interpessoal social, todo isso traduz-se numa melhoria de sua qualidade de vida.

Para além desses factores endógenos, a Ginástica Rítmica também interfere positivamente nos factores relacionados ao desenvolvimento afectivo-social com o grupo no qual se está inserido.

As interacções sociais nos grupos também favorecem o desenvolvimento da cooperatividade (muitas vezes é preciso do outro para realizar um determinado exercício), de liderança, da responsabilidade e da participação, conferindo maior capacidade integrativa aos seus praticantes.

Em suma, os efeitos benéficos da prática da Ginástica Rítmica, ao nível do indivíduo, são universais, visto englobarem benefícios físicos e cognitivos que implicam os benefícios afectivo-social, fazendo com que afirmemos a GR como sendo uma manifestação de extrema utilidade educativa, como veremos ao longo do trabalho.

CAPÍTULO III – FUNDAMENTOS DA GINÁSTICA RÍTMICA

A GR pode ser praticada em todas as idades. Começa-se em geral aos oito anos de idade, mas também, pode iniciar-se com quatro anos se assim o desejar.

A GR pode ser praticada num clube, nas escolas, nas academias ou espaços abertos, desde que tenha condições de segurança.

1. A TÉCNICA CORPORAL DA GINÁSTICA RÍTMICA

1.1. As Regras de Ouro

Quando se pratica a GR, o teu corpo em movimento trabalha em relação permanente com o aparelho. O corpo fica à escuta do aparelho. “Dialoga” com ele para que esteja em concordância permanente com o aparelho. Com o trabalho, esta relação desenvolve-se, manifesta-se pela possibilidade de afastar o aparelho do corpo, dando ao corpo uma maior autonomia. (BERRA, 1995:18)

O contacto regular com o aparelho dá a ginasta uma confiança em si mesma, o que favorece a libertação da sua apreensão.

Uma posição natural, não crispada e leve, permite a continuidade das acções e suprime as perdas do aparelho devidas a movimentos supérfluos.

O distanciamento – permite trabalhar o aparelho em amplitude, para tal, é necessário afastar o aparelho do corpo.

A pega – não se deve crisar/apertar os aparelhos, principalmente a bola.

A concordância – é o “diálogo” com o aparelho. Da cumplicidade entre o corpo e o aparelho vai nascer a harmonia, sinónimo de amplitude e de facilidade de gesto. O aparelho está sempre em movimento, nunca é abandonado. É o prolongamento do teu corpo. (BERRA, 1995:19)

1.2. Os Princípios

Segundo Berra (1995), para que o aparelho esteja sempre em movimento e as acções se encadeiem logicamente com a música, é preciso aplicar os princípios de colocação do corpo, de respiração e de doseamento de energia.

- **Deves colocar o corpo na vertical** relativamente à base de sustentação (alongamento máximo sem levantar os ombros). Esta busca de colocação deve ser constante.
- **É preciso pensar em respirar** ao trabalhar para conseguir realizar uma técnica correcta e sem se fadigar:
- **É preciso trabalhar a diferentes velocidades** para treinar o doseamento da energia do teu corpo.

1.3. As Acções Motoras

De acordo com Toledo (1995), considerando acção motora como as habilidades específicas do ser humano, é notório que a GR se utiliza de diversas acções motoras, cujas denominações são normalmente utilizadas no meio da Educação Física.

Indicarei a seguir as definições de algumas dessas acções:

- **Correr:** " é uma extensão natural do andar e se caracteriza por uma fase com apoio e uma fase aérea ou sem apoio, podendo variar sua amplitude e velocidade.
- **Saltar:** caracteriza-se por um impulso do corpo, através da acção de uma perna ou ambas em conjunto, com a acção efectiva dos braços, possuindo três fases: impulso, voo e aterrissagem.
- **Saltitar:** possuindo as mesmas características do saltar, diferencia-se por sua menor amplitude de movimento.
- **Rolar:** movimento de rotação do corpo em torno de seu eixo longitudinal ou transversal, com todo o corpo em contacto com o solo.
- **Equilibrar:** sustentar o corpo numa posição estática por um tempo determinado.
- **Aterrisar:** é uma acção subsequente e obrigatória do saltar e girar no ar.
- **Ondular:** transferir energia entre as diferentes partes do corpo.

- **Girar:** caracteriza-se por uma rotação do corpo ou objecto em torno do seu eixo longitudinal ou transversal, com ou sem apoio no solo.
- **Posar:** é a atitude de ficar estática numa posição, por um tempo pré estabelecido.
- **Pré-Acrobáticos:** são movimentos originários dos elementos acrobáticos da Ginástica Artística, devendo ser executados de forma passageira, caracterizando-se por rolamentos, apoio sobre uma ou duas mãos, passagem pelo espargata ou apoio sobre o peito. (TOLEDO, 1995)

Essas acções motoras ao serem executadas numa modalidade ginástica passam a ser denominadas acções gímnicas. Essas acções possuem infinitas variações, uma vez que as possibilidades de combinar os movimentos de todos os segmentos do corpo, também são infinitas.

1.4. Os Grupos Fundamentais

Definidos no código de pontuação internacional, os grupos fundamentais em mãos livres constituem a especificidade da GR. São em números de quadro: **os saltos, os pivôs, os equilíbrios e a flexibilidade.**

- **Os saltos** – os pequenos saltos simbolizam a graça. Com os saltos de grande amplitude pode-se “planar e voar”. No salto, distingue-se três fases: a impulsão, a suspensão e a recepção.

Pode-se ressaltar os seguintes saltos:

- **O soubresaut:** chamada nos dois pés e recepção nos dois pés;
- **A sissonne:** chamada com os dois pés e recepção num pé;
- **A cabriola:** chamada num pé e recepção no mesmo pé;
- **O assemble:** chamada num pé e recepção nos pés;
- **A gazela:** chamada num pé e recepção no outro pé;

Durante a suspensão do salto, pode ocorrer a modificação na posição das pernas, modificação da orientação da ginasta e modificação da posição do corpo.

- **Os equilíbrios** – necessidade de uma grande concentração, os equilíbrios são um tempo de respiração do corpo em que tudo fica suspenso.

Num equilíbrio distingue-se três fases: a preparação, a manutenção do equilíbrio e a finalização. São necessária uma dupla acção do impulso do solo e o alongamento para cima na preparação para a realizar o equilíbrio. Podem ser citados diferentes tipos de equilíbrio:

- **O relever:** acção de subir em meia ponta no mesmo lugar, o calcanhar deve subir acima do nível dos dedos dos pés.
 - **O Piquer:** acção de passar directamente em meia ponta com pequena deslocação.
 - **A atitude ou arabesco:** são equilíbrios num só apoio. o apoio pode ser também no joelho.
- **Os pivôs** – são voltas sobre um só apoio. Num pivô distingue-se três fases: a preparação, a rotação e a fixação. É preciso o domínio do equilíbrio para abordar o grupo dos pivôs.

Nos pivôs, podemos utilizar as mesmas formas corporais do equilíbrio, basta associa-la ao giro. Giro esse que pode de ser uma ou mais voltas.

- **As flexibilidades** – necessitam de uma grande qualidade física e de uma tonicidade muscular que é preciso desenvolver constantemente. Podem ser citados alguns tipos de flexibilidade:
 - **A passagem no solo em espargata**
 - **A elevação do tronco com flexão dorsal**
 - **As flexões dorsais abaixo do horizonte**
 - **Volta e espargata (de pé)**
 - **Onda de corpo** – é o movimento de curva que se prolonga do centro do corpo para o exterior.

Os exercícios de flexibilidade realizam-se muitas vezes sobre uma só perna e estão, portanto, associados a um trabalho de equilíbrio.

1.5. Os Elementos Pré-Acrobáticos

São exercícios realizados no solo com uma certa dinâmica e ritmo. Temos exemplos de alguns desses elementos:

- Cambalhota à frente, à retaguarda e a lateral
- Apoios passageiros sobre uma ou duas mãos sucessivas ou sobre os antebraços. (BERRA, 1995:28-53).

2. A TÉCNICA COM APARELHO DA GINÁSTICA RÍTMICA

Para dominar o aparelho, a ginasta precisa dominar o seu corpo, mas a manipulação de todos os aparelhos vai permitir também descobrir todas as possibilidades do corpo. Cada aparelho apresenta prazeres diferentes com sensações novas. (Op cit).

Todos os elementos técnicos com aparelho são classificados por grupo.

Alguns grupos são ditos fundamentais, pois são mais importantes do que outros. Referem-se ao código de pontuação internacional.

Eis, sob a forma de um quadro a repartição dos diferentes grupos.

Aparelhos	Grupos Fundamentais	Outros Grupos
Corda	<ul style="list-style-type: none"> • Os saltos e os saltitares 	<ul style="list-style-type: none"> • As oscilações, as circundações e os movimentos em oito. • Os lançamentos • As rotações • Os enrolamentos • Os batimentos • As escapadas
Arco	<ul style="list-style-type: none"> • As rotações • Os rolamentos • Os batimentos 	<ul style="list-style-type: none"> • As oscilações, as circundações e os movimentos em oito. • As passagens através do arco • As passagens por cima do arco
Bola	<ul style="list-style-type: none"> • Os rolamentos livres • Os batimentos • Os lançamentos por impulso ou repulsão 	<ul style="list-style-type: none"> • As oscilações, as circundações e os movimentos em oito. • Bola em equilíbrio • Rotação da bola

Maças	<ul style="list-style-type: none">• Os pequenos círculos• Os moinhos• As rotações das maças durante o voo do aparelho	<ul style="list-style-type: none">• As oscilações, as circundações e os movimentos em oito.• Os movimentos assimétricos• Os batimentos• Os rolamentos e os deslizamentos
Fita	<ul style="list-style-type: none">• As serpentinas• As espirais• As oscilações, as circundações e os movimentos em oito.	<ul style="list-style-type: none">• Os lançamentos• As escapadas

CAPÍTULO IV- A EDUCAÇÃO FÍSICA/GINÁSTICA RÍTMICA

1. A Educação Física Escolar segundo os Currículos

A Educação Física Escolar é o componente curricular da educação básica caracterizada pelo ensino de conceitos, princípios, valores, atitudes e conhecimentos sobre o movimento humano na sua complexidade, nas dimensões biodinâmica, comportamental e sociocultural (Cartilha – Educação Física Escolar, 2009).

As aulas de Educação Física estão quase inteiramente voltadas às práticas desportivas, dando importância mais às suas técnicas. Sendo a criança um ser sociocultural, essas aulas voltadas exclusivamente às técnicas desportivas fragmentam a formação integral da criança, deixando de lado factores como respeito mútuo, cooperação e afectividade, que são a base para a criança viver em sociedade, com isso, caminha de lado oposto ao pressuposto da Educação Física Escolar.

Os actuais currículos são unânimes na defesa de uma nova linha de pensamento e acção na Educação Física que supera a tradicional e mecanicista Educação Física higienista e hegemónica, que se atinha em dotar os cidadãos de corpos fortes e sadios, para que pudessem trabalhar e defender o país, pela qual era dados movimentos repetitivos, mecânicos e artísticos, ou seja sem significado algum para o educando. (MONTEIRO, 2000).

Desta feita, os currículos pretendem retirar à Educação Física do rol de actividades paralelas ao processo educativo, para integra-lo no processo, como parte integrante e indispensável da capacidade dos educandos para um real e efectivo exercício de sua cidadania, em todos os níveis, apesar de reconhecer a dificuldade de se dissociar a Educação Física do estereótipo que se construiu a cerca da mesma, ao fim de tanto tempo atrelada a outros objectivos que não formativos.

Os currículos actuais distanciam-se das correntes positivistas de Educação Física, que tratavam o corpo como uma máquina, passaram a basear-se na concepção histórico-crítica de educação, que preconiza um tratamento critico dos conteúdos como objectivo final do processo educativo, sempre contextualizados histórico-socialmente. (MONTEIRO, 2000).

A Educação Física terá que trabalhar criticamente as concepções de corpo historicamente produzidos, de forma a fazer os alunos “se situarem na contemporaneidade, dialogando com o passado e visando o conhecimento do seu corpo

(consciência corporal) ...” (currículo básico das escolas públicas do estado do Paraná, 1992. Citado por Monteiro, 2000).

Hoje em dia não se preconiza o “adestramento” do sujeito, mas sim a formação educativa crítica do mesmo.

O corpo em movimento, e as suas implicações histórico-sociais, é o objectivo de estudo de Educação Física, a selecção de conteúdos propostos pelos currículos centrou-se nas actividades humanas em que o factor movimento tornou-se preponderante na ginástica, na dança, nos jogos e nos desportos.

Quer dizer que cada um desses conteúdos deverá levar em conta suas origens, o desenvolvimento integrativo e social da criança, o desenvolvimento de uma gestualidade rica, espontânea e contextualizada, bem como o conhecimento por parte das crianças, dos imperativos sociais determinantes de cada conteúdos em cada caso. O desenvolvimento da fundamentação técnico-tácticas, isto para as actividades que a exigem um nível mais excelente.

Estes conteúdos serão ministrados com base em alguns pressupostos do movimento, tais como:

1. As condutas motoras de base, que se traduzem nas formas básicas de movimento de locomoção, manipulação e estabilização, que acompanham o desenvolvimento da criança.
2. As condutas neuro-motor, que se traduzem naquele que evidenciam um desenvolvimento mental da criança, em que as formas de movimento vão combinar as básicas, surgindo em continuidade destas, tais como giros, galopes, saltitares, etc.
3. O esquema corporal, que sintetiza o conhecimento que a criança tem do seu corpo, suas partes, suas capacidades de movimentação, sendo responsável pela:
 - Postura (as diversas e as variações),
 - Coordenação ampla (harmonização do controle de diversos segmentos corporais),
 - Equilíbrio, ou seja, a noção de distribuição do peso no corpo, em relação ao centro de gravidade,
 - Respiração, isto é, a movimentação rítmica do ar, em função dos movimentos diafragmáticos,
 - Coordenação óculo - manual (controle visual dos movimentos manuais),
 - Coordenação óculo-pedal (controle visual dos movimentos pedais),

- Coordenação músculo-facial (controle dos movimentos dos pequenos músculos faciais, responsável pela expressividade facial),
 - Coordenação viso motora (controle visual das acções motoras como um todo)
 - Descontracção
 - Lateralidade (domínio de um hemisfério central no controlo motor geral),
 - Organização e orientação espacial (capacidade de se situar, se orientar e se movimentar no espaço)
 - Organização e orientação temporal (capacidade de se situar em relação ao passado, presente e futuro, agora e depois)
 - Estrutura espaço-temporal (integração dos dois pressupostos anteriores, ou seja, capacidade da criança se organizar e orientar no espaço, de acordo como seu ritmo ou um ritmo interno imposto)
 - Percepção do próprio ritmo
 - Expressão corporal (que é a linguagem gestual, que expressa o ser afectivo)
 - Habilidade perceptivo-motora (que integram as acções motoras às diversas percepções sensoriais)
4. O ritmo, que se traduz na percepção rítmica do próprio corpo, como na percepção dos ritmos exteriores.
5. A aprendizagem objecto-motora, que se traduz na habilidade manipulativa, em que o aluno é estimulado a vivenciar o contacto e a manipulação de implementos variados. (op. cit).

1.1. A Ginástica Rítmica face às propostas curriculares em Educação Física

A Ginástica Rítmica é uma actividade capaz de promover intensas contribuições à Educação Física Escolar. Educação para o desafio, a criatividade, a beleza, a emoção, a sensibilidade, o desenvolvimento físico e mental, para o ser humano que sente, quer sentir, atribui importância a esse sentir, e que pode ser capaz de mirar criticamente o dilúvio de dados que chega a ele numa contemporaneidade arrebatadora de informações. Ora vejamos: a GR é inequivocamente uma actividade ginástica visto a sua diversidade gestual facultar movimentações riquíssimas no que toca a originalidade, variabilidade (de gestos e planos motores utilizados), e exigência neuro-motor.

A GR faz os seguimentos corporais trabalharem de diversas formas (sentido, intensidade, direcção, contracção, etc.), estimulando variações de suas valências físicas. As transferências motoras possíveis com a Ginástica Rítmica são incontáveis.

Por outro lado, é uma dança (actividade rítmica) pois o seu exercício é comandado pelo ritmo da música utilizada, visto que, os movimentos de um exercício de GR estão presos aos ditames da rítmica e a ginasta social pode de expressar a partir de sua música. Ainda salientamos que as sequências de movimentos aprendidas, inseridas no compasso rítmico, têm efeito similar ao das sequências coreográficas de dança, em termos de controlo neural.

A Ginástica Rítmica também se constitui como um jogo onde os praticantes se exercitam e divertem. As suas habilidades motoras tem suas raízes na cultura corporal humana e podemos encontra-la nas brincadeiras jogos infantis, que podemos confirmar na definição da GR dada pelo Alonso (2004) citado por Caçola (s/d), ao afirmar que “a GR é um dos desportos privilegiados, que por possuir habilidades motoras bem próximas da cultura corporal encontrada nas brincadeiras e nos jogos infantis”.

Na verdade o carácter lúdico é evidente, principalmente quando as ginastas trabalham em grupo, onde visa o desenvolvimento de cada um dentro do grupo. A GR, tal como os jogos, favorecem a integração do sujeito no todo comunitário (social), onde ele terá que se afirmar como único e como parte de todo.

Para além do jogo, a GR tem uma vertente desportiva evidente por ter regras universais, e pela sua mercantilização social.

É um desporto que proporciona o desenvolvimento de todas as características para os seus aprendizes, através de várias oportunidades de movimento. Segundo Palmer (2003)

estas oportunidades são infinitas, as crianças usam sua criatividade natural e imaginação para manipular os aparelhos com formas diferentes e divertidas.

Ao analisar os pressupostos dos movimentos que os conteúdos curriculares deverão levar em conta, como foi anteriormente descrito, ganharemos maior certeza em relação à “mina de vivência motora” que é a GR, e mais convencidos ficaremos do contributo que ela pode dar no processo educativo geral.

Com isso, podemos dizer que o reforço muscular esquelético, tanto em termo de estrutura como de funcionamento e harmonização vão ser fundamentais no amadurecimento correcto das condutas motoras de base, assim como das neuro-motoras (que vão sendo altamente reforçadas em face à riqueza gestual que a GR ofereça).

A GR trás contributos inestimáveis no processo educativo global, principalmente quando se refere à formação do esquema corporal. Assim sendo, oferece a vivencia de uma grande variedade de posturas, suas variações, e mais, a transferência corporal de uma postura para a outra. A GR oferece a variedade gestual que refina a coordenação ampla corporal; o equilíbrio (nas mais variadas posições, apoios, assim como o dinâmico, o estático e, o mais difícil, o recuperado); a respiração (visto fazer, conforme a situação, o sistema cardiorrespiratória responder de varias maneiras); a coordenação óculo-manual (pela oferta de vários gestos nos quais o uso das mãos é fundamental para o apoio, equilíbrio e movimentação); lateralidade (pelo faz a criança aumentar o acervo motor vivencial, fazendo com que ela se certifique da sua dominância cerebral e até que ela minimize essa dominância ao nível das manifestações motoras); a organização e orientação espacial (pela oferta de movimentações que se executam em função do espaço circunscrito); organização e orientação temporal (pela oferta de ritmos diferentes que deverão ser interiorizados para ser respeitado, assim como através das vivencias do tempo exigido para cada gesto, coreografias e sequências); a percepção do ritmo individual (pelo confronto do ritmo dos outros); a expressão corporal (pela oferta de uma gestualidade rica e de imprevisíveis que exigem adaptações imediatas, onde se revelarão a criatividade e a expressividade do sujeito) e as habilidades perceptivo-motoras (através da atenção múltipla que deverá ser sintetizado na acção, ou seja, as atenções nos aparelhos e seus movimentos, nos seus próprios movimentos, no ritmo da sequência, na música, etc., deverão ser integradas sinteticamente para que o sujeito aja em conformidade).

Em suma, entendemos que a GR vai de acordo com as experiências curriculares no que respeita à aprendizagem, objecto-motora, por fornecer vivências muito ricas de manipulações, com os seus aparelhos característicos.

1.2. A Ginástica Rítmica enquanto possibilidade na escola

De acordo com Venâncio & Carreiro (2005), citado por Darido & Rangel (2005, p. 228), “a palavra ginástica pertence ao género feminino, porém ficou caracterizada a partir de elementos associados ao género masculino, tais como força, agilidade, virilidade, energia, entre outros”.

Uma das manifestações clássicas da cultura corporal que compõem o rol de conhecimentos da Educação Física é a Ginástica que, pode provocar valiosas experiências corporais, enriquecendo o universo de conhecimento do ser humano (RINALDI, 2005, p.77).

O termo “Ginástica” existe há milhares de anos como uma ginástica educativa, de formação, conhecida também como Educação Física ou Ginástica Médica ou Terapêutica, praticadas nas antigas civilizações (BEZERRA, 2006).

Trabalhar com a GR nas aulas de Educação Física Escolar constitui um desafio, considerando-se a complexidade do trato metodológico com esse conhecimento, assim como as resistências culturais, histórico-sociais e pedagógicas que o permeiam (SERON, et al, 2007).

Concordamos com Hostal (1982) quando defende que, de todas as formas de Educação Física e Desportiva, a Ginástica está entre as que menos entusiasmo suscita junto aos professores; talvez por ser considerada matéria de especialistas; talvez, requer material caro?

Glomb & Lopes (2003), citado por Seron, et al, (2007), salienta que a Educação Física Escolar tem a responsabilidade de garantir às crianças o acesso às práticas da cultura motora por meio da ginástica, contribuindo para a construção de conhecimentos e sua reflexão consciente.

A GR é uma modalidade que possui amplo repertório de exercícios que podem ser executados através da combinação entre si. Dela fazem parte os mais diferentes tipos de acções motoras, com uma técnica característica para cada movimento ou gesto. Seus elementos básicos de movimentação são essencialmente variados e, se tratados numa visão educativa, tornam-se fundamentais para as aulas de Educação Física Escolar

(KOREN, 2004, p.57). Porém, a GR aplicada na escola de forma pedagógica deve ser trabalhada com actividades de fácil execução, estimulando a criança a participar com prazer num mundo de descobertas, como salienta Hostal (1982, p.10) citado por Koren, (2004, p.59), auxiliando-a no desenvolvimento das habilidades motoras básicas, como propõe Gallahue, (2005) na sua obra, a progressão para estágios mais amadurecidos de um padrão de movimento fundamental depende de vários factores experimentais, incluindo, encorajamento e ensino em ambiente propício ao aprendizado.

Gentile (1972), citado por Schmidt & Wrisberg, (2001), diz que, em todos os casos, a aprendizagem inicial é caracterizada por tentativas do indivíduo de adquirir a ideia de movimento, ou entender o padrão básico de coordenação.

A modalidade de GR surgiu em meados do século XX, na Europa Central, e recebeu contribuições de várias linhas das ciências humanas, através da influência de mestres de pelo menos quatro correntes: dança, arte cénica, música e pedagogia. O que poderá legitimar a presença da GR nos Programas de Educação Física, nesta ordem de ideia Bracht et al. (1993) citado por Barbosa e Martineli afirma que “a presença da ginástica no programa se faz legítima na medida em que permite ao aluno a interpretação subjectiva das actividades ginásticas, através de um espaço amplo de liberdade para vivenciar as próprias acções corporais”.

O movimento desportivo é o que, de certa forma, tem tido aceitação generalizada dentro da Educação Física, sendo ainda o meio que a legitima dentro da escola, mesmo não sendo esta a legitimação idealizada e aceitável por profissionais realmente comprometidos com a formação de homens histórico-sociais concretos. (BARBOSA & MARTILI, s/d).

No que se refere à GR, mesmo esta sendo uma manifestação ginástica e também um desporto e não vem sendo praticada nas escolas de forma expressiva.

Se a GR enquanto desporto ou reflectindo arte seria plausível à sua prática como conteúdo curricular.

Neste sentido, deve-se viabilizar com intuito de novas perspectivas para a Educação Física uma abordagem mais diferenciada e dinâmica da Educação Física.

Segundo Silva (1983) a GR, como saber instituído, tem sido elencada nos currículos dos cursos de formação em Educação Física, em Cabo Verde, isso aconteceu desde o primeiro curso de Bacharelato em Educação Física. Já como disciplina possuidora de

saberes próprios, ela não ocupando lugar dentro da área de Conhecimento Técnico nos currículos escolares do país (até então).

No entanto, mesmo a GR fazendo parte do currículo de Formação Profissional em Educação Física – Bacharelato, desde a muito, podemos observar na realidade das aulas de Educação Física Escolar a GR não é desenvolvida como um dos saberes curriculares. A presença da GR em aulas de Educação Física na escola é importante ao possibilitar ao aluno conhecê-la como um saber histórico e ao mesmo tempo contemporâneo, com seus sentidos e significados próprios em consonância com as relações sociais a que esteve e está atrelada no decorrer da história. Faz-se necessário que os saberes da Ginástica, ao serem trabalhados em aulas de EF Escolar promovam aos alunos a sua compreensão enquanto campo de conhecimento, entendida numa visão de totalidade que não se fragmenta em rótulos.

Assim, a GR, juntamente com outros conteúdos escolares, poderá contribuir para que o aluno possa constatar, interpretar, compreender, explicar e intervir, de maneira crítica e autónoma na realidade.

O desenvolvimento da ciência e tecnologia contribui significativamente para que, a cada dia, novos tipos de Ginástica apareçam para atender às necessidades de consumo da sociedade. Entre elas, manter o corpo esbelto, perfeito, saudável. Assim, novas tendências, métodos e técnicas são criadas e desenvolvidas com esses objectivos social em que vive (Soares et alli, 1992). Mas, para que a GR seja inserida e tratada como conhecimento nas aulas de EF Escolar é necessário que o professor a domine em seus aspectos teóricos e pedagógico-metodológicos, ou seja, deve possuir conhecimentos de ordem técnica - científico desta manifestação gímnica, além dos fundamentos didático-metodológicos que o auxiliarão na organização, selecção e sistematização deste saber na escola.

Queremos dizer com isso que, para o professor poder ensinar algo referido com qualquer conteúdo da Educação Física, em um determinado contexto precisa ter um repertório mínimo de conhecimento que possibilite, a partir deles, novas construções, criatividades e apropriações. O domínio do conteúdo específico, aqui no caso da GR, contribui para que o professor possa transpor esse conhecimento para a realidade escolar.

Queríamos referir, também, que é imprescindível ao professor compreender que a escola é um espaço no qual as diferentes manifestações da cultura corporal devem ser

ensinadas e aprendidas pelos alunos de uma forma geral e harmónica. Não se deve excluir saberes ou reforçando aqueles mais tradicionais presentes no currículo, no caso voleibol, futebol, entre outros.

Torna importante nas aulas de Educação Física reforçar/aumentar o acervo motor dos alunos. Porém, observamos que a dificuldade dos professores em proporcionar conhecimentos que não sejam “tradicionais” (basquetebol, futebol, voleibol, etc.) está na própria formação inicial dos mesmos, onde apresenta dificuldade na transposição dos conhecimentos para o contexto escolar. Ou seja, tratando-os como conhecimento e não simplesmente como actividade.

Isso vem reflectindo na realidade da EF Escolar que ora encontramos: esvaziamento dos saberes, actividades desconectadas do projecto político pedagógico da escola, dos demais saberes do processo educacional, e dos conhecimentos transversais.

Para Shulman (1987), Mizukami (2002), Marcelo (1999), citado por Rinalde (2005) “o domínio do conhecimento específico do conteúdo por parte do professor é muito importante o um aspecto básico na profissão de ensinar. Contudo, o mero domínio da “matéria a ser ensinada” não é suficiente e requer do professor uma base de conhecimento para o ensino. Essa base de conhecimento envolve o domínio: a) do conhecimento específico (dominar conceitos básicos de sua área), b) do conteúdo pedagógico (dominar o conhecimento pedagógico geral, como manejo de classe, estratégias de ensino, etc) e c) do conhecimento pedagógico do conteúdo (é a forma como o professor ensina o seu conteúdo em diferentes situações de ensino e aprendizagem).

1.3. A Ginástica Rítmica e as Lacunas Curriculares

No processo de aprendizagem das habilidades motoras, o caminho a percorrer vai das habilidades básicas para as habilidades complexas, sendo que as primeiras constituem a base ou suporte necessários para que as ulteriores se efectivem.

Assim sendo, quanto melhor assimiladas (e num melhor padrão) as habilidades básicas, mas subsídios a criança terá para o aprendizado das habilidades complexas, sendo que esse se efectivará mais rapidamente, permitindo o aprendizado de habilidades ainda mais complexas. O conjunto dessas habilidades (básicas ou não), que são necessárias para a aquisição de habilidades mais complexas, é chamado de acervo motor e se aplica a todas as vertentes possíveis do comportamento motor.

É de salientar que aquisição do acervo motor traz consigo o desenvolvimento das capacidades físicas inerentes à sua efectivação, pelo que, logicamente, quanto maior for o acervo motor do indivíduo, maior será a variedade de capacidades físicas desenvolvidas, sendo este desenvolvimento proporcional ao uso que delas se fizer.

E é indo de encontro àquilo que foi exposto, que os currículos de educação física escolar se propõem a oferecer experiências que visam oportunizar a aquisição de um acervo motor amplo, que permita ao cidadão emergente obter maior independência em relação ao meio, e que fará com que ele possa livremente escolher a modalidade à qual melhor se adapte e se identifique, pois não terá limitações de ordem motora para experimentar qualquer modalidade ou actividade.

No sentido de dar oportunidade ao desenvolvimento do acervo motor, os currículos propõem uma série de actividades imprescindíveis, que, além de muitas e diversas (exigindo maior bagagem do professor), exigem, por vezes, para uma realização minimamente segura, a obtenção de materiais (alguns dispendiosos), que a maioria das escolas não consegue adquirir (para além do problema de espaço que muitas escolas enfrentam). Sem os materiais necessários, muitas das actividades previstas pelos currículos deixam de ser levadas a cabo, pelo que parte do acervo motor acaba ficando comprometida.

E é nesse sentido que actividades que reúnem, em si, uma maior variedade de padrões motores, desenvolvendo, consequentemente, um maior número de capacidades físicas, seriam, sem dúvida, de extrema utilidade à consecução dos objectivos curriculares.

A Ginástica Rítmica, em função da sua incontestável riqueza em termos de padrões motores e respectivas valências físicas de suporte, expressividade, rítmica, musicalidade, etc., fazendo com que dê simultaneamente conta dos aspectos motor, cognitivo e afectivo do desenvolvimento humano, surge como uma actividade a não ser descurada, e, muito pelo contrário, a ser, sim, incentivada e promovida pelo Estado, tanto ao nível de sua introdução nas escolas como ao nível do apoio formativo (académico), aos grupos de capoeira, que, como sabemos, possuem toda uma história cultural de distanciamento em relação ao meio académico.

Além do mais, a capoeira tem uma vantagem a mais que é a de não exigir, para o seu aprendizado, materiais sofisticados e caros, mas simplesmente (e se for o caso) do corpo das pessoas intervenientes no processo.

Assim sendo, a capoeira serviria como que uma actividade que oportunidade à aquisição do acervo motor, colmatando a lacuna deixada pelo não cumprimento cabal da sequência curricular, sendo que todo o sistema educativo com isso ficaria a ganhar.

CAPÍTULO V - METODOLOGIAS DE ENSINO DA GINÁSTICA RÍTMICA

A GR tem como as principais características o acompanhamento musical, os movimentos realizados pela ginasta e a utilização de aparelhos (corda, arco, bola, macas e fita), que podem ser apresentadas em forma de competição.

Além do processo competitivo adoptado pela modalidade, a relação entre o manuseio dos materiais e os movimentos corporais contribuíram para uma nova reflexão no processo de ensino-aprendizagem da GR. Esta dúvida fez com que Alonso (2004) reflectisse sobre o que, como e em que momento seria adequado explorar o envolvimento entre aparelho e corpo, fazendo-o observar algumas acções pedagógicas que trabalhavam, tanto separadamente quanto simultaneamente, a técnica corporal do manuseio dos aparelhos.

Neste sentido, propostas metodológicas foram apontadas para a GR, que sem dúvidas, podem ser adaptadas para o ensino do GR nas escolas.

Inicialmente, a utilização dos métodos tradicionais foi fortemente assimilada como o método mais propício para o desenvolvimento da técnica da GR, os quais proporcionaram uma característica reprodutiva de movimento, como um comando de gesto para posterior repetição. O estilo comando de ensino estabelecido por Mosston, conforme afirma Rodrigues (1994) se caracteriza por um estilo organizado e disciplinador, no qual a instrução e a prática são directamente controladas pelo treinador.

O estilo comando, onde a GR se solidificou durante muito tempo, trata-se de um modelo centrado directamente na treinadora, no qual o seu papel é definir e tomar todas as decisões de controlo durante os treinos, em contrapartida o único papel da atleta é seguir e executar a tarefa quando e como descrita.

Desta forma, a GR carregou por muito tempo o estigma de que o treinamento era criteriosamente técnico e irreflexivo. Além disso, para ensinar era preciso saber executá-la, ou seja, o processo de ensino estava directamente relacionado as experiências práticas, sendo basicamente realizado por atletas e ex-atletas.

De acordo com Greco & Benda (1998), os métodos tradicionais apresentam desvantagens alarmantes no processo de aprendizagem, pois os educandos não conseguem incorporar o conhecimento teórico, limitados a apresentação prática, são simples executantes de gestos e técnicas, de forma mecânica, restrita e automatizada.

Na tentativa de superação da metodologia tradicional, duas vertentes metodológicas são enfatizadas actualmente no ensino da GR, o método analítico (partes) e o global (total). Ambos os métodos têm como preocupação superar a imagem do treinador/atleta, centrando-se numa prática planeada e embaçada cientificamente.

O estudo do método parcial e global, segundo Shigunov (1983) se refere a maneira de apresentação da unidade ao aprendiz. O método global é responsável pela apresentação de grandes unidades ao mesmo tempo e o método parcial a introdução do material em pequenas unidades. Neste sentido, o método global se assemelha a uma actividade, e o parcial a pratica das partes componentes da actividade, sendo assim, se o global é uma actividade total, partes é as destrezas envolvidas nesta actividade.

Em relação a GR, diversos autores (CACOLA e LADEWIG, 2006; GAIO, 1996; LLOBET, 1996; PALLARES, 1983; TIBEAU, 1988;) apresentam estudos relacionados em ambos os métodos, mas com parâmetros e conceitos antagónicos sobre cada um deles.

A primeira vista, o método analítico ou em partes pode ser considerado o mais eficiente, já que a GR é uma modalidade que exige o domínio na execução da técnica.

Perez e Bañuelos (1997) consideram que o método parcial auxilia na facilitação da aprendizagem sem levar em conta a alta complexidade na estrutura do movimento. Neste sentido, o recurso mais utilizado para o treinamento tem sido a decomposição do movimento em partes, e a pratica separada de cada uma delas.

Com esta estratégia se busca distribuir a dificuldade global do gesto em uma serie de fases, com o objectivo de facilitar a sua assimilação.

A prática em partes, para Rose (1997, p. 255) “é eficiente quando se trata de aprender movimentos que são combinados para formar uma sequencia, como uma sequência de dança ou ginástica.”

Palmer (2003) citado por Cacola, (2007) também apresenta uma proposta de aprendizagem centrada no método em partes, apesar de avançar nos estágios finais para uma prática mais estimulante para as crianças. Para a autora, “é necessário propor oportunidades para uma auto-exploração do progresso do desenvolvimento de habilidades para proporcionar o seu refinamento.” Nesta feita propões 6 estratégias a saber: Estagio 1: Noção espacial sem aparelhos, Estagio 2: Exploração e descoberta com aparelhos, Estagio 3: Identificação dos movimentos fundamentais, Estagio 4: Extensão da aprendizagem com tarefas e desafios, Estagio 5: Desenvolvimento de rotinas e sequencias e Estagio 6: Demonstração e avaliação.

CACOLA, (2006); CACOLA, LADEWIG e RODACKI, (2004); TIBEAU, (1988) defendem o método global como sendo o mais adequado para o processo de ensino-aprendizagem na GR. Os autores consideram que geralmente o trabalho da técnica em partes é feito de forma exaustiva e automatizada, sem levar em consideração as fases de desenvolvimento dos praticantes, podendo tornar a prática em um factor extremamente desmotivante. Contudo, o método de ensino global focaliza a interação entre corpo e aparelho e, levanta a hipótese da prática como um todo (que ensina e pratica o movimento completo) para obter um melhor resultado na aprendizagem do que na prática em partes ou método analítico.

Independente dos métodos utilizados e de suas características estritamente técnicas, a GR ainda é vista como uma modalidade que trabalha os aspectos individuais, sociais e culturais. Neste sentido, Gaio (1996), destaca que “a GR se tornou importante para o desenvolvimento do ser humano, especialmente por proporcionar ao corpo um envolvimento com o espaço, tempo, ritmo, objectos, pessoas, provocando um envolvimento afectivo-social.”

Pallares (1983) enfatiza que a GR pode auxiliar na educação integral das crianças, promovendo sua educação, atendendo suas necessidades, possibilidades e interesses nas áreas físicas, espiritual, mental e social. Essas são as áreas que a Educação Física tem como objectivo trabalhar e proporcionar para as crianças, nesta linha se destaca a importância da inserção da GR nas escolas.

Assim, é importante notar que para além de movimentos técnicos, a GR tem inserido em sua essência o movimento rítmico e total, pois atinge o ser como um todo, baseando-se geralmente no princípio da totalidade.

Na investigação sobre o processo de ensino-aprendizagem dos elementos da GR, Cacola (2006) comparou dois tipos de práticas sistematizadas do ensino de habilidades motoras, a prática em partes e a prática como um todo. Os resultados demonstraram que a prática como um todo obteve melhores resultados do que a prática em partes nas habilidades analisadas, assim como a utilização de dicas de aprendizagem interferiu positivamente e facilitou o direccionar da atenção para os aspectos importantes do movimento, principalmente na prática como um todo.

Considerando que não há necessidade de exclusão de nenhum dos métodos, mas sim de complementação, Xavier (1986) se refere ao método misto, junção entre o método parcial e o método global, como sendo ideal para a aprendizagem. O autor explica que, primeiramente, é importante que o atleta tenha uma noção globalizada do processo para,

posteriormente obter fundamentação parcial, voltando sempre para o global, até o pleno domínio do movimento.

Mesquita (1997) propõe que a junção dos dois métodos parece ser a melhor forma de alcançar resultados positivos, na medida em que o método global, por si só, não consegue resolver os problemas colocados pelos elementos críticos de execução/aplicação de determinada habilidade técnica. Neste sentido, a utilização do método parcial permite refinar esses pormenores, centralizando a atenção do atleta no detalhe da execução técnica e no seu significado de aplicação do jogo.

De modo geral, nas investigações sobre o processo de ensino-aprendizagem da GR, ambos os métodos se mostraram pertinentes às exigências da modalidade, pois são complementares tanto para o desenvolvimento da técnica quanto para os aspectos mais abrangentes como os culturais, sociais e psicológicos, e esses métodos de certa forma, quando aplicadas no contexto escolar, certamente proporcionará um ensino de qualidade e motivante para as crianças/alunos, criando assim, interesses para a prática da GR.

Segundo Tibeau (1988) a ginástica rítmica possui três características básicas marcantes: movimentos corporais, manuseio de materiais e acompanhamento musical apropriado. Estes elementos então formam uma unidade que fundamenta a própria existência da GR.

Inicialmente, o trabalho da GR começava pelo chamado trabalho a mãos livres, e somente quando os exercícios corporais eram executados correctamente e com a técnica adequada é que se iniciava o trabalho com o manuseio dos materiais.

Apesar de essa ser uma prática pertinente na GR mesmo nos dias de hoje, alguns autores já demonstram em suas pesquisas uma preocupação com a aprendizagem da Ginástica Rítmica que busque alternativas para que se explore todo o potencial desse desporto. Os estudos de Tibeau (1988), de Caçola, Ladewig e Rodacki (2004) e de Caçola (2006) focalizam a interação entre o corpo e o aparelho na GR e levantam a hipótese da prática como um todo ou método global (que ensina e pratica o movimento completo) obter um melhor resultado na aprendizagem do que a prática em partes ou método analítico, muito usado na iniciação desportiva em geral e também na GR. Segundo Greco & Benda (2001) “a iniciação em desportos geralmente se apoia em uma metodologia analítica de divisão do gesto técnico em partes, com séries de exercícios em que a correcção da técnica é o objectivo principal, sem que exista a actividade

propriamente dita, a aprendizagem, o prazer, enfim, o que é básico e necessário para o conhecimento de alguma forma dentro da paleta ampla da cultura corporal.”

Aconselha-se que a aprendizagem da GR seja de forma global, visto que o manuseio de material é altamente motivador para os aprendizes sendo fundamental no início do processo de ensino e aprendizagem

Na GR, onde a interação entre o corpo e o aparelho é total, possibilitar a prática das habilidades como um todo pode resultar em um menor tempo de aprendizagem, além deste ser mais eficiente e mais duradouro, facilitando a retenção dos movimentos.

Falando sobre a teoria e a prática na aprendizagem da GR, Llobet (1996), coloca que na iniciação voltada para se obter o máximo da ginasta, há o método de comando directo, muito utilizado para esse objectivo, e também uma proposta de ensino baseado na tarefa. O ideal seria uma junção desses dois métodos, sendo que estes podem ser aplicados se o processo de ensino-aprendizagem for de uma vertente analítica ou global. Na vertente analítica, os elementos são reproduzidos de forma isolada, sendo que o foco do movimento é a sua execução. Já na vertente global, a ginasta intui, conhece e prevê a lógica do movimento, percebendo as interações correctas do tempo e espaço. O modo como se realiza a aprendizagem é mais importante do que os seus resultados imediatos.

Ao iniciar um trabalho de aprendizagem na Ginástica Rítmica deve-se ponderar os seus objectivos de uma preparação ao longo prazo para que se possa adequar a prática de aprendizagem aos alunos. Considerando que para Lanaro Filho & Bohme (2001), “a possibilidade de sucesso de um indivíduo em qualquer desporto depende do seu potencial genético, da metodologia de aprendizagem e do treinamento durante os diferentes estágios do seu desenvolvimento, uma metodologia de aprendizagem adequada na GR é um aspecto fundamental na formação da ginasta.”

Alonso (2004) defende que o quê e como trabalhar o aparelho na GR sempre foram alvos de polémica. A autora propõe um procedimento pedagógico em que o trabalho corporal é simultâneo e com mais de um aparelho durante as aulas, não esperando o domínio de um único aparelho para se ensinar o outro. A mesma autora recomenda dividir as aulas em três momentos, com actividades/tarefas que têm como princípio a problematização do ensino como directriz dessa proposta. Uma consideração importante da autora é que não se está perpetuando a aprendizagem da GR por meio da imitação do gesto motor do professor, e sim fazendo com que as professoras ajudem na compreensão da execução do movimento e favoreçam a criação dos movimentos da GR a partir da cultura corporal infantil.

Analisando as metodologias empregadas no ensino da Ginástica Rítmica, Díaz, Martinez & Vernetta (2004) chegam a conclusão de que “são muito escassos os estudos que analisam os diferentes aspectos dos processos de ensino-aprendizagem. A maioria dos estudos trabalha com uma perspectiva do rendimento na GR, esquecendo da importância na formação inicial.”

De forma geral, os estudos na GR mostram uma preocupação com a sua iniciação, buscando possibilidades de facilitar e motivar a sua aprendizagem.

Colocando uma proposta de um ensino da GR “popular”, Gaio (1996) desmistifica o desporto buscando uma prática da GR mais próxima da nossa realidade de vida, que oferece aos indivíduos possibilidades de vencerem seus próprios limites corporais, imbuídos de prazer, num ambiente de liberdade e criatividade. Esta proposta é baseada em princípios, sendo estes:

1. Os movimentos corporais são criados, construídos a partir dos movimentos naturais utilizados para suprir as necessidades diárias de locomoção;
2. Os aparelhos oficiais são utilizados, porém, sem normas de tamanho, peso, cor específica, nem tão pouco, movimentos obrigatórios fundamentais são necessários. Esses movimentos devem ser executados de maneira espontânea e criativa;
3. A criação de novos aparelhos que proporcionem manipulação por parte das crianças, com incentivo e orientação do professor;
4. Proporcionar oportunidades à criança, de identificar diferentes formas de “colocar” o corpo no solo, produzindo assim os conhecidos movimentos acrobáticos e pré-acrobáticos;
5. A GR popular tem como particularidade a “não” descaracterização da própria modalidade, porém tem como objectivo permitir que o lúdico apodere-se das actividades propostas;
6. O ritmo deve ser constantemente explorado e cultivado em actividades motoras diversas.

Caçola e Ladewig (2005) pesquisaram o uso de feedback de aprendizagem na GR nos estágios iniciais da aprendizagem, que desenvolvem a atenção selectiva e facilitam a aprendizagem de habilidades específicas. Foi concluído que as “dicas” como estratégias cognitivas podem facilitar um aprendizado de habilidades de um desporto complexo e que o uso de feedback poderia auxiliar professores e técnicos de GR como uma

estratégia para facilitar, motivar e alegrar as aulas de ginástica rítmica, fazendo com que haja um aprendizado eficiente e muito divertido para as ginastas.

Trabalhando com ênfase na proposta pedagógica, Pereira (2003) desenvolveu sugestões de actividades para crianças de 7 a 10 anos, enfatizando a ginástica rítmica como conteúdo do desenvolvimento da criança, através dos movimentos livres e jogos educativos, baseados em situações da GR, com a finalidade de expressão e prática das actividades propostas. Aplicando essa proposta, a autora verificou que as crianças obtiveram resultados melhores em termos das variáveis motoras, concluindo que a proposta tem grande possibilidade de ser aplicada em diversas situações, e que possui uma abordagem significativa para o desenvolvimento da criança.

CAPÍTULO VI - DA EDUCAÇÃO PSICOMOTORA

1. A Educação da Motricidade

Segundo Le Boulch (1983) são consideráveis dois grandes períodos de desenvolvimento motor sendo um correspondente à infância, caracterizado pelo processo de organização psicomotora em que há a estruturação da imagem corporal, e o período de pré e da adolescência, onde se verifica um aumento os “factores de execução” principalmente do muscular, caracterizado pelo aumento da agilidade motora, este subdividida em quadro fases distintas:

- Numa primeira fase (“corpo submisso”) os movimentos da criança são automáticos (reflexos), desorganizados em relação ao padrão humano, e concernentes a acção de sobrevivência (alimentação, defesa e manutenção do equilíbrio), sendo os gestos explosivos e descoordenados.
- Uma segunda fase (“corpo vivo”) corresponderá a uma organização praxiológica, ou seja, a criança começa a organizar suas perspectivas e experiencias na forma de conhecimento interno, que corresponde a um amadurecimento progressivo do córtex motor. É a fase de investigação, caracterizada por uma necessidade de busca e traduzida numa espontaneidade total, visto ela não ser ainda limitada socialmente. Essa espontaneidade leva a criança a enriquecer o seu leque de experiências (acervo motor), melhorando gradativamente suas acções e soluções motoras, visto ela começar a estabelecer um esboço inicial da sua imagem corporal a partir do qual ela começa a descoberta do mundo exterior, sendo que a criança vai se ajustando ao meio desta forma, e essa sua actividade investigativa a levará a evoluir da tomada de informações para a real percepção, aguçando-se, assim, a sua curiosidade intelectual e o seu espírito empreendedor (criativo). Esse ajustamento vai se traduzir numa maior adaptabilidade a uma situação nova. Nesta fase a atitude do adulto deverá ter um cunho afectivo e de segurança (real), deixando a criança experimentar e incentivá-la nos seus sucessivos e naturais sucessos.
- Numa terceira fase (corpo descoberto), a criança se interiorizará do seu próprio esquema corporal, ou seja, em que a criança, já tendo um refinamento do movimento global, perde menos espaço da concentração-atenção com a acção motora em si, e passa a ter mais “canais” disponíveis para o processo cognitivo, que vai evoluir rapidamente. Nesta fase dá-se a interiorização, pela qual a

criança passa a perceber suas características corporais, assim como já é capaz de verbalizá-las simbolicamente. A interiorização trará consequências no nível cognitivo (“gnóstico” nas palavras do autor) onde se verifica um estabelecimento de relações entre a sua percepção corporal e a sua externalidade (raio de acção baseado em referências), que obviamente implicará, ao nível motor, em uma “melhor dissociação dos movimentos e uma certa tomada de consciência das suas condições temporais de desenvolvimento”. Essa interiorização (fruto dos múltiplos “ensaios e erros”) permite à criança focalizar sua atenção para uma parte de seu corpo, permitindo que sua propriocepção se tome consciente, o que incrementará o controlo do gesto, que se toma mais detalhado (coordenação motora). Para além disso a criança torna-se capaz de, além de localizar precisamente os esforços musculares, controlar voluntariamente a duração dos mesmos, pelo que ela passa a ter um maior controlo da amplitude dos seus movimentos. O desenvolvimento das crianças toma-se então harmonioso sendo que o carácter rítmico do movimento já pode ser por ela interiorizado. Os primeiros estímulos motores direccionados já poderão ser ministrados sendo que perfeitamente no trabalho do fornecimento do acervo motor. Ao fornecer movimentos nas diversas situações posturais (de pé, quatro apoios em decúbito ventral, quatro apoios em decúbito dorsal, invertido, cinco apoios, dois apoios, três apoios, etc.), nos diversos planos de movimento (sagital, horizontal e vertical) assim como um trabalho rítmico corporal - percussivo acentuado, a capoeira vai enriquecer sobremaneira a experiência do corpo vivido fazendo com que o controle do gesto motor se refine ainda mais, acelerando desenvolvimento da motricidade na criança, pois a interacção com o meio, que ela fornece, vai enriquecer também o padrão referencial de seu como no espaço e no tempo.

- Numa quarta fase de desenvolvimento (“como representado”) a criança já produz uma primeira imagem sintética do corpo, fruto da relação dos dados exteriores com “experiências tónicas e motoras, já interiorizadas e verbalizadas”, fazendo com que ela já possa representar mentalmente o seu corpo e suas características de orientação. Por volta dos 5-6 anos a criança já conseguirá (como passou por todas as fases anteriores) controlar voluntariamente sua atitude, sem gastos energéticos supérfluos, tendo urna imagem verdadeira e fiel do corpo estático. Só por volta dos 10-12 anos é que ela já deterá uma imagem

mental do corpo em movimento, sendo isso, condição necessária para “intervenção voluntária precisa” no desenvolvimento de um padrão motor (solução motora). A criança já associa fluentemente os dados visuais e os dados cinestésicos, pelo que ela controla a sua postura com certa intencionalidade. Trata-se da maturação do esquema corporal, sendo que o último factor a amadurecer é o temporal, que acaba completando o “esquema da acção”.

O referido autor conclui que é possível se conciliar a disponibilidade do sujeito que aprende o controlo voluntário, numa aprendizagem praxiológica realizada a partir de um modelo imposto; o que interpretamos como sendo a afirmação de que se deverá se conciliar a capacitação básica, que dará ao sujeito, que aprende, sua disponibilidade em aprender, com a capacitação complementar de controlar voluntariamente as acções para as quais estiver disponível. Na prática achamos que significa fornecer estímulos que capacitem o sujeito a não ser, só capaz estruturalmente mais também, e complementarmente, neuralmente, de efectivar praxis (padrões) motora consciente.

Ora a Ginástica Rítmica, pela tipologia de sua movimentação e ritmo, não só harmoniza estruturalmente o corpo infantil como também, devido à sua extrema variabilidade praxiológica, estimula e propicia a aquisição de um autocontrolo fantástico, que pela interacção óbvia com os factores mentais, vai propiciar aquilo que Piaget citado por Le Boulch, (1983) chama de “descentralização”, ou seja, a criança deixa de centrar-se em si mesma para descentralizar sua praxiologia (ainda predominantemente egocêntrica) para o plano intelectual (pois as sinapses formadas pelas variadíssimas modulações operadas pela movimentação rica da GR fizeram aumentar a capacidade de raciocínio adaptativo e reflexo mental, fundamentais à aprendizagem geral) e também para o plano social, onde também sofreu influências positivas da GR por esta propiciar uma interacção individual no seio de uma colectividade, onde a criança aprende os seus limites e suas possibilidades em confrontação com os limites e possibilidades de cada outro e do todo em si.

A psicomotricidade tem entre os seus princípios fundamentais a relevância que é dada ao processo de maturação (programado geneticamente) e às experiências do meio, como estimuladores de uma maturação flutuante e activa, sendo que o desenvolvimento é atribuído à troca realizada entre as estruturas orgânicas em crescimento e o meio envolvente. Tudo isso é baseado em conhecimentos neurofisiológicos e na convicção da

ligação estreita do desenvolvimento psicomotor com o desenvolvimento mental e com a socialização (LE BOULCH, 1983).

Segundo NEGRINE (1986) a educação psicomotora é toda a acção pedagógica que tem, como objectivo principal o desenvolvimento motor e mental da criança, com a finalidade de levá-la a dominar o próprio corpo e a adquirir uma inibição voluntária, sendo um movimento espontâneo a sua directriz principal.

Sendo assim, e em face daquilo que já foi explicado anteriormente, a GR é uma actividade que se encaixa nos desígnios da psicomotricidade, por fornecer, repetimos, os elementos necessários à formação e maturação do esquema corporal, assim como do domínio corporal.

CAPÍTULO VII - METODOLOGIA

Vamos descrever nesse capítulo os métodos e técnicas utilizadas e as estratégias adoptadas para levar a cabo este trabalho de investigação. Dado aos objectivos que definimos e a realidade de Cabo Verde optamos pela pesquisa documentada e de campo.

[...] é preciso buscar o caminho mais apropriado para alcançar o saber, e quando se trata de saber mais alto, o caminho ou circuito maior, já que o mais curto seria inadequado para tão elevado fim. (HÜHNE, 1995, p. 155).

A intenção deste trabalho é, principalmente, possibilitar a inserção da Ginástica na escola. Portanto, pouco interessa conhecer os valores numéricos, ou a frequência estatística de aplicação dessa modalidade. Importa sim, entender quais são as dificuldades que os professores encontram para o desenvolvimento da GR na realidade escolar, que muitas vezes os impedem de ensinar. Só a partir dessa compreensão é possível criar alternativas facilitadoras da aprendizagem dos elementos gímnicos nas escolas.

Nesse capítulo vamos descrever a amostra utilizada para a realização do estudo. A amostra é constituída por 23 professores de Educação Física das 10 escolas secundárias da Praia.

Para a recolha de dados, escolhemos a entrevista por meio de questionário como instrumento de colecta de informações. O questionário é composto na sua maioria por perguntas fechadas, e direccionadas exclusivamente para os objectivos traçados para o estudo.

Também, nesse capítulo, encontra-se a apresentação e leitura dos dados recolhidos. Os dados foram apresentados em 19 gráficos, cada gráfico com uma pequena leitura interpretativa. Nessa linha, foram feitas as análises dos dados explicando as técnicas aplicadas para testar as hipóteses da investigação.

1. Caracterização da Amostra

O grupo que participou desta pesquisa é formado por 12 professores e por 8 professoras, com idade compreendida entre os 25 e os 50 anos de idade, das dez escolas do Ensino Secundário da Praia. No Geral são professores com 5 aos 18 anos de leccionação, na disciplina de Educação Física.

Do universo existente decidimos retirar uma amostra representativa, com a finalidade de dar viabilidade à pesquisa. Nesta perspectiva, a aleatória simples foi o método escolhido para a retirada da amostra do universo.

Com a indicação de um estatístico, retemos como amostra final 50% da população total dos professores de Educação Física da Praia. Neste caso, 23 dos 46 professores das 10 escolas de ensino secundário da Praia. Foram escolhidos aproximadamente dois a três professores de cada escola, de preferência, um do género masculino e um feminino, sendo todos formados em Educação Física.

2. Questionário

Para a elaboração do questionário, contamos sempre com a colaboração do orientador do trabalho, envolvendo ainda alguns professores do curso.

Após várias discussões, acabaríamos por dar o formato desejado ao nosso questionário, visando a eficácia dos resultados.

O questionário foi aplicado com o objectivo de obter informações a partir das repostas dos participantes da pesquisa. Ficou composto por dezanove perguntas, na sua maioria, fechadas, visto que, facilita a análise de dados, restringindo e facilitando as possibilidades de resposta.

A escolha das perguntas que serviram para caracterizar a amostra foi elaborada de modo a garantir a confidencialidade e anonimato das respostas.

Antes da aplicação do questionário final, foi feito um estudo preliminar para verificar se as perguntas seriam ou não as mais adequadas. Este estudo preliminar foi feito com um pequeno questionário para estudar o impacto das perguntas e as reacções dos professores. Com isso, foi possível identificar os erros e os impedimentos à obtenção das respostas.

Para a elaboração do questionário final tivemos a necessidade de alterar algumas perguntas e a estrutura do questionário, tais como:

- O questionário inicialmente aberto, dificultava a análise dos dados e continha respostas muito diversificadas, pelo que optamos pelo modelo fechado.
- Inicialmente as perguntas de caracterização da amostra não foram agrupadas em intervalos de tempo, o que dificultava na análise dos dados (número muito grande de itens para apresentar no gráfico)

As perguntas de 1-4 do questionário serviram para caracterizar a nossa amostra. As de 5-11 para fazer levantamento do conhecimento dos professores em relação à GR e as de 12-18 para levantar as opiniões dos professores quanto a leccionação da GR nas escolas secundárias, assim como, os métodos e os conteúdos mais apropriados.

3. Recolha e tratamento de dados

Foram utilizadas as técnicas de documentação directa e indirecta no levantamento de dados do presente estudo. A documentação indirecta pode ser feita de duas maneiras: a) pesquisa bibliográfica e b) pesquisa documental, que foram utilizadas neste estudo.

A documentação directa constitui-se no levantamento de dados no próprio local, onde os fenómenos ocorrem. Nesta pesquisa utilizou-se a pesquisa de campo. Assim, investigamos os professores de Educação Física das escolas secundárias da Praia, que se dispuseram em colaborar no preenchimento do questionário.

O objectivo da pesquisa de campo visava conhecer a realidade das aulas de Educação Física, a fim de poder detectar quais as dificuldades encontradas em aplicar GR no ambiente escolar.

Procurou-se obter informações sobre os problemas que impedem a inserção da GR nas escolas, buscando oferecer possíveis soluções para o desenvolvimento desta modalidade.

Os sujeitos analisados são professores de Educação Física das escolas secundárias da Praia. *“Como sujeitos da pesquisa, identificam seus problemas, analisam-nos, discriminam as necessidades prioritárias e propõem as acções mais eficazes”* (CHIZZOTTI, 2001, p. 83). Foi exactamente o que se buscou levantar nessa etapa da pesquisa de campo. Este estudo foi dividido em duas etapas:

O levantamento bibliográfico e documental para dar suporte fidedigno ao estudo e o levantamento das opiniões dos professores em relação à GR enquanto matéria curricular. Esse último, estudo de campo, foi feito através da aplicação de um

questionário composto por perguntas fechadas e abertas. Os dados foram colectados pela própria pesquisadora nas referidas escolas.

Nesse estudo a técnica utilizada, pensamos que foi a mais adequada ao nosso objectivo pretendido. Baseamos numa questão geradora, utilizada em forma de questionários dirigidos aos professores.

4. Análise de dados

Após a recolha dos questionários foi necessário analisar os dados na sua íntegra. Para procedermos às análises, começamos por fazer as contagens de todas as revelações dos sujeitos inquiridos.

No segundo momento, com o objectivo de manter o rigor da interpretação, apontamos o “indicador dos discursos” (palavra chave) para as respostas abertas, o que funcionou como fase intermediária entre os discursos reais e a elaboração das categorias das respostas.

No terceiro momento foi utilizado o Excel, versão 2007, para o tratamento dos dados.

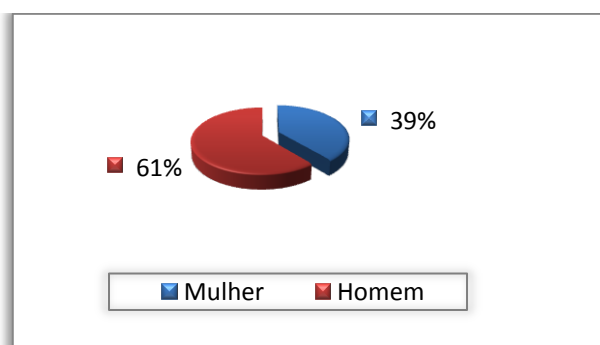
De seguida os dados serão apresentados nos gráficos com um pequeno texto interpretativo.

5. Apresentação e leitura dos Gráficos

Os resultados dos questionários serão apresentados em gráficos. Cada gráfico terá um pequeno texto interpretativo.

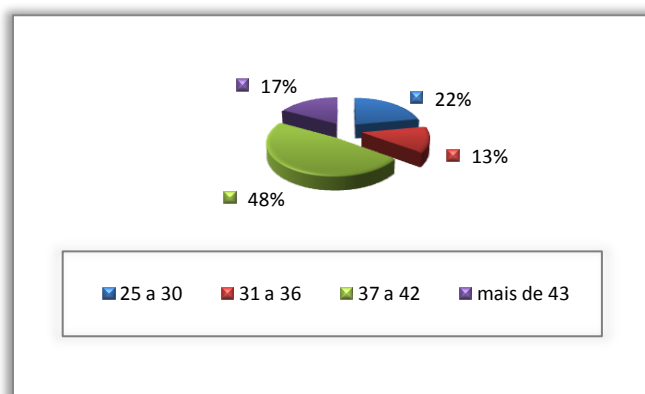
- **PROFESSORES**

Gráfico 1 – Géneros dos Professores



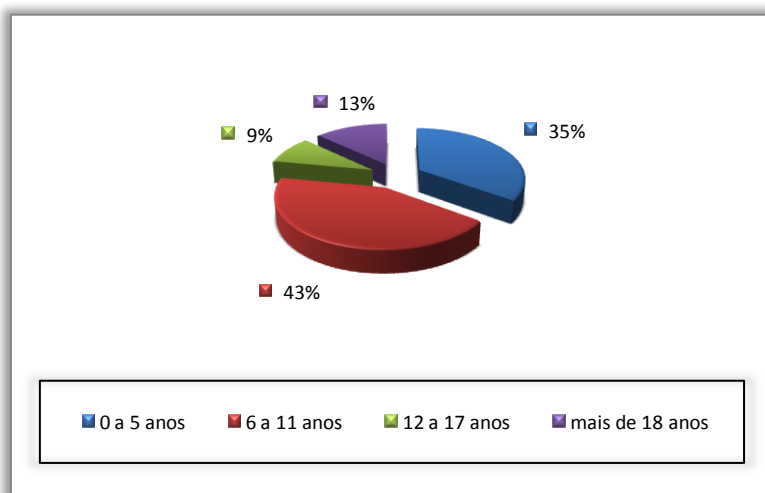
Segundo a leitura do **gráfico 1**, pudemos verificar que 39% dos professores inqueridos são mulheres e 61% homem.

GRÁFICO 2 – IDADE DOS PROFESSORES



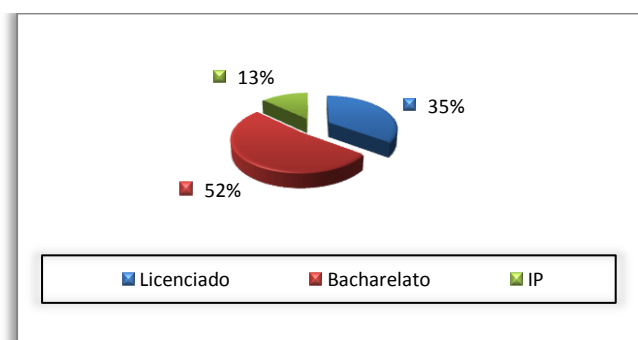
De acordo com o **gráfico 2**, 48% dos professores estão com idade compreendida entre os 37 a 42 anos de idade, 22% entre os 25 a 30 anos, 17% com mais de 43 anos e 13% dos professores estão com idade compreendida entre 31 a 36 anos de idade.

Gráfico 3 – Tempo de Serviço



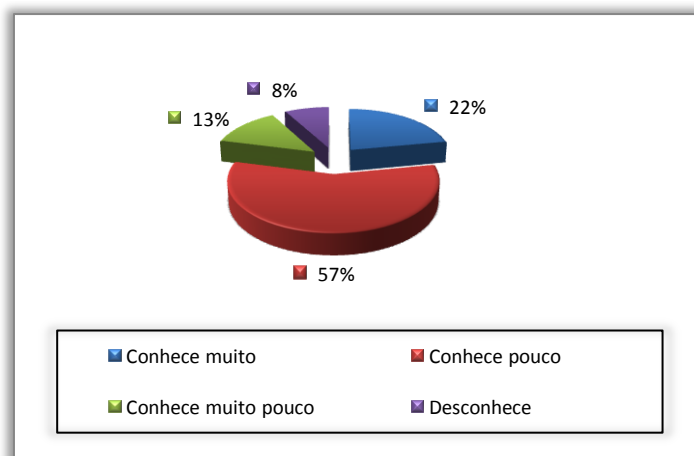
De acordo com o **gráfico 3**, 43% dos professores tem 6 a 11 anos de serviço, 35% tem 0 a 5 anos de serviço, 13% tem mais de 18 anos de serviço e 9% dos professores tem 12 a 17 anos de serviço.

Gráfico 4 – Habilitação Académica



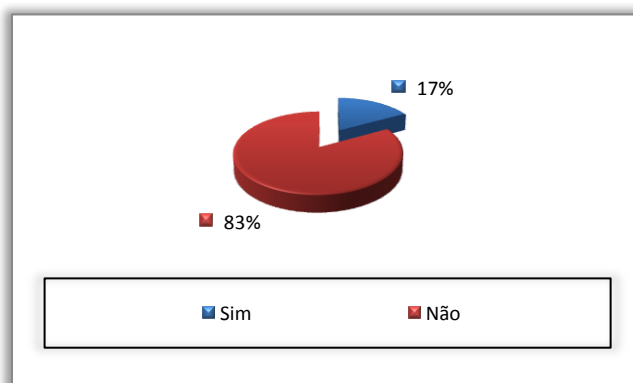
Segundo a leitura feita ao **gráfico 4** acerca da habilitação académica dos professores 52% com bacharelato, 35% são licenciados e 13% com o Instituto Pedagógico (I.P).

Gráfico 5 – Conhecimento Sobre a GR



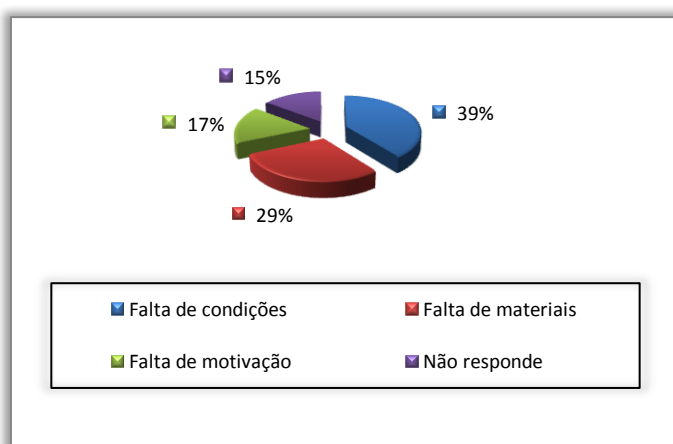
Da análise do **gráfico 5**, podemos notar que 57% conhece pouco a GR, 22% conhece muito, 13% conhece muito pouco e 8% dos professores desconhecem a GR.

Gráfico 6 – Lecciona a GR na escola



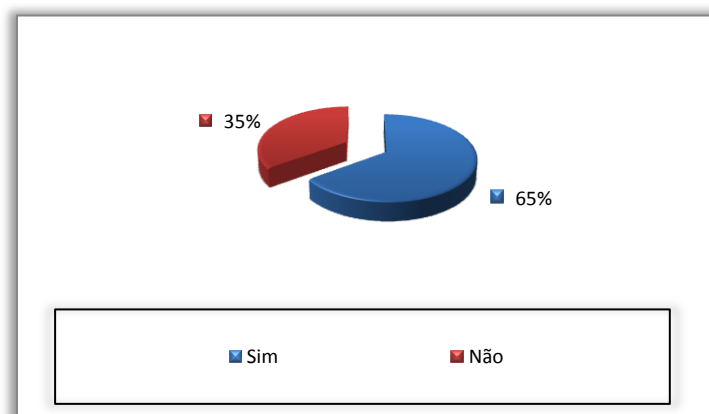
De acordo com o **gráfico 6**, 83% não lecciona GR na escola e 17% dos professores lecciona a GR na escola.

Gráfico 7 – Motivo para não leccionação da GR



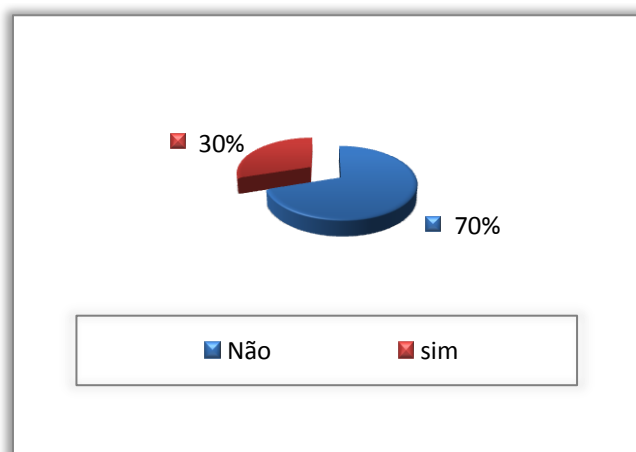
No que toca ao motivo para leccionar a GR na escola, 39% diz a escola não ter condições para a leccionação dessa modalidade, 29% diz existir falta de materiais para a prática de GR, 17% alega falta de motivação e 15% dos professores não responderam essa pergunta.

Gráfico 8 – Presença da GR na Formação dos professores



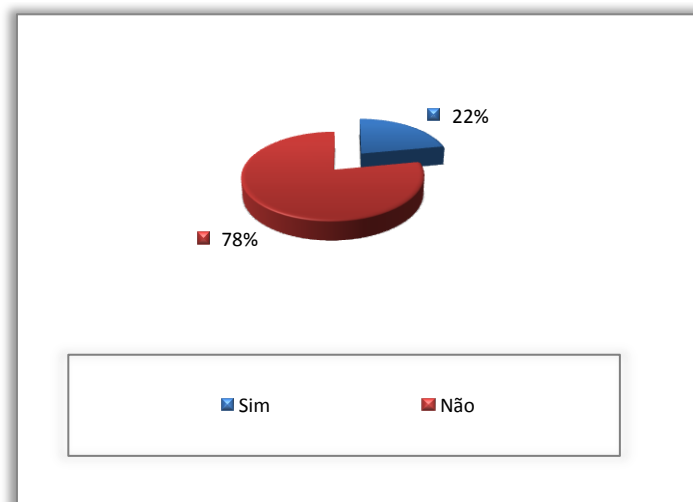
Segundo o **gráfico 8**, 65% dos professores tiveram a GR na sua formação 35% dos professores não tiveram a GR na sua formação.

Gráfico 9 – Abordagem dos conteúdos da GR nos programas de Educação Física



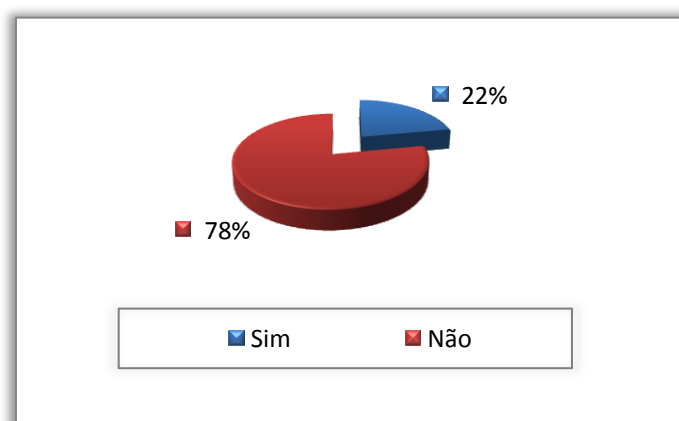
Tendo em conta a leitura do **gráfico 9**, 70% dos professores diz que o programa não abarca conteúdos de GR, 30% dos professores diz que o programa de Educação Física abarca conteúdo da GR.

Gráfico 10 – Condições para a prática da GR na escola



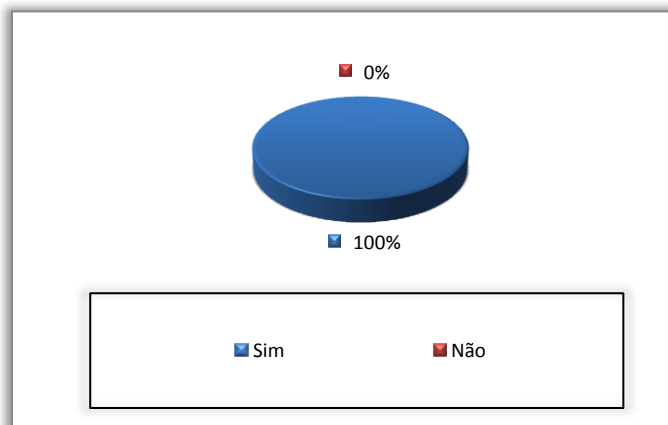
De acordo com a leitura do **gráfico 10**, 78% diz não ter e 22% dos professores diz a escola ter condições para a leccionação da GR.

Gráfico 11 – Interesse dos colegas em relação à GR



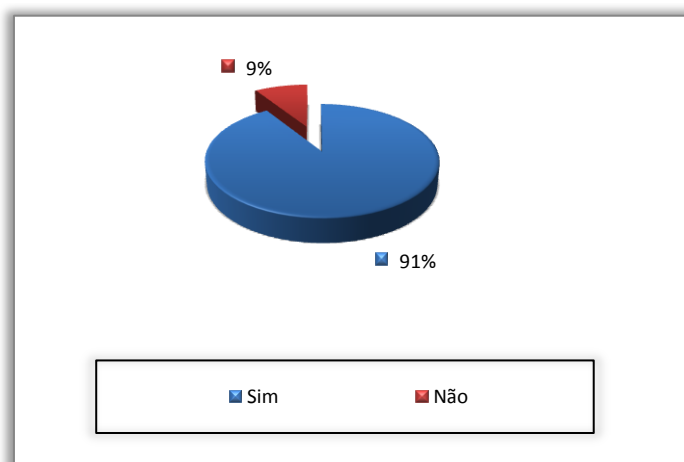
Da análise do **gráfico 11**, podemos dizer que 78% dos professores diz que os colegas não falam sobre a GR na escola e 22% dos professores inqueridos diz que os colegas falam sobre a GR na escola.

Gráfico 12 – GR contribui para o desenvolvimento motor dos alunos



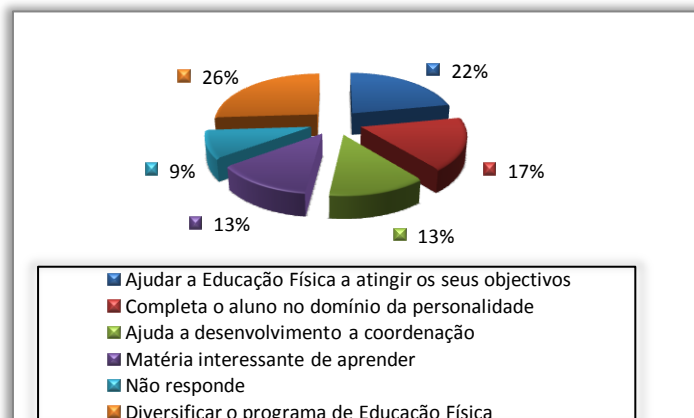
Segundo o **gráfico 12**, 100% dos professores concordam que a GR contribui para o desenvolvimento motor dos alunos.

Gráfico 13 – Concordar com a leccionação da GR nas escolas secundárias



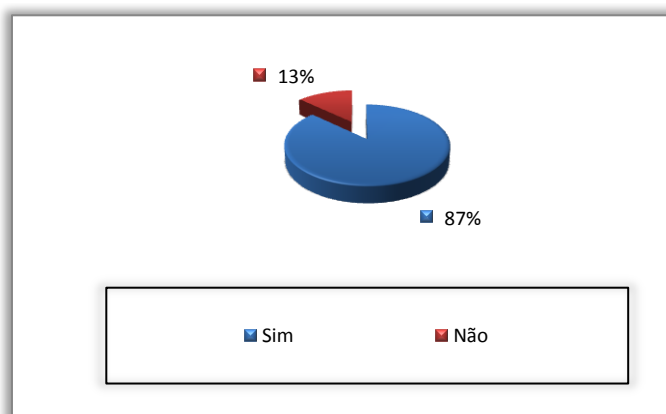
Segundo a leitura do **gráfico 13**, 91% dos professores concordam com a leccionação da GR nas escolas e 9% dos professores não concordam com a leccionação da GR nas escolas secundárias.

Gráfico 14 – Motivo da leccionação da GR nas escolas



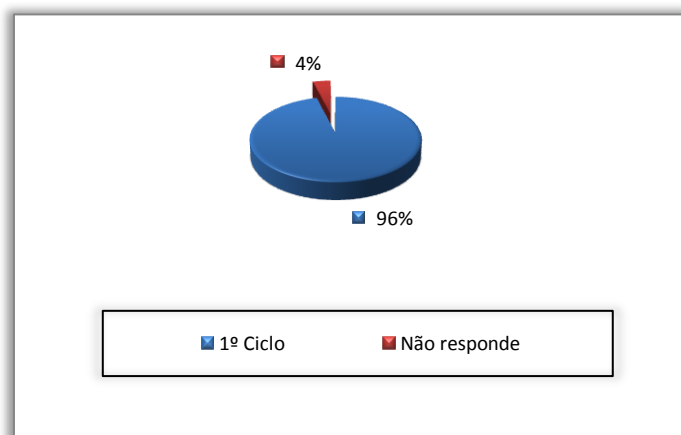
De acordo com o **gráfico 14**, 26% dos professores diz que ajuda a diversificar o programa de Educação Física, 22% diz que ajuda a Educação Física a atingir os seus objectivos, 17% diz que completa o aluno no domínio da personalidade, 13% diz que a GR ajuda no desenvolvimento da coordenação, 13% diz que é uma matéria interessante de ensinar e 9% dos professores não apontaram os motivos,

Gráfico 15 – Impacto da GR nos alunos



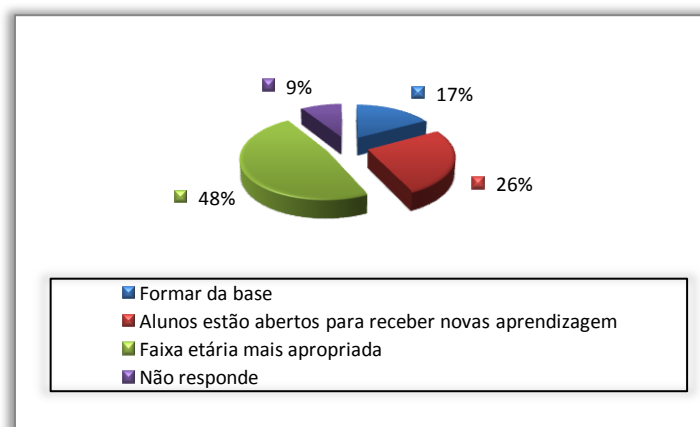
Da leitura feita do **gráfico 15**, 87% dos professores acham que a GR teria impacto nos alunos e 13% acha que não.

Gráfico 16 – Nível mais apropriado para iniciar a GR nas escolas



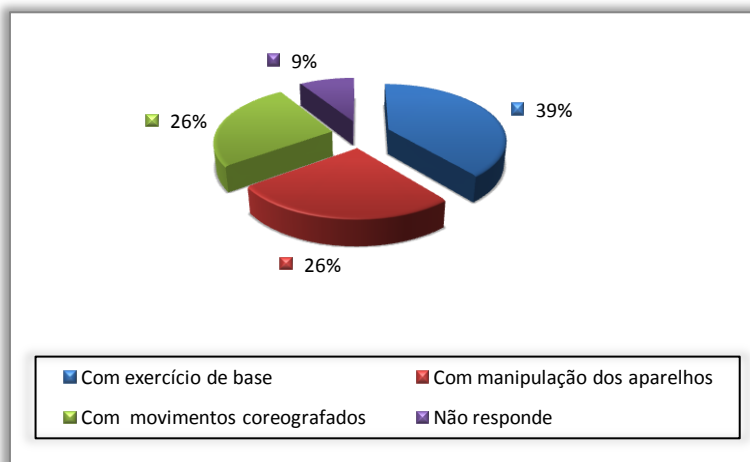
Segundo o **gráfico 16**, 96% diz que o nível mais adequado para iniciar o ensino da GR é no 1º Ciclo e 4% dos professores não responde a pergunta.

Gráfico 17 – Justificação do gráfico 16



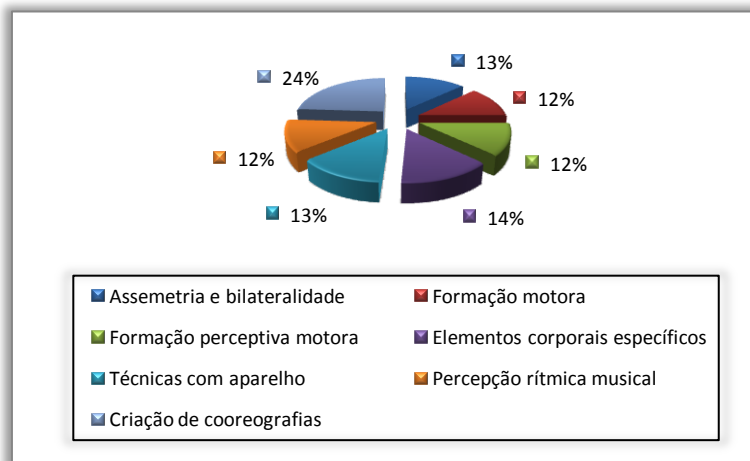
No que toca aos motivos da escolha dos níveis, o **gráfico 17** mostra-nos que 48% diz que é a faixa etária mais apropriada, 26% diz que os alunos estão abertos para receber novas aprendizagens, 17% diz que é preciso formar da base e 9% não indicaram o motivo.

Gráfico 18 - Método mais adequado para ensinar a GR



De acordo com o **gráfico 18**, 39% diz com exercícios de base, 26% diz que o método mais adequado para o ensino da GR é através da manipulação dos aparelhos, 26% diz com movimento coreografados e 9% dos professores não responderam.

Gráfico 19- Conteúdos mais adequados para trabalhar na GR na escola



Da leitura do **Gráfico 19**, 24% dos professores aponta a criação de coreografias como conteúdos mais adequados para ensinar a GR nas escolas, 14% dos professores diz que os elementos corporais específicos são mais apropriados, 13% dos professores acha que é a assimetria e bilateralidade, também com a mesma percentagem temos a técnica com aparelho, 12% dos professores diz que o conteúdos mais indicado para trabalho a GR na

escola é a formação motora e com a mesma percentagem temos a formação perceptiva motora e a percepção rítmica.

6. Análise e Discussão dos Dados

A pergunta de 1 – 4 do questionário refere-se à caracterização da amostra escolhida para a realização da pesquisa.

Pode-se constatar, através dos dados, que na Praia, a maioria dos professores de Educação Física é do sexo masculino (61%), com idade compreendida entre os 25-50 anos de idade.

A maioria dos professores tem habilitação académica adequada para leccionar a Educação Física. Encontramos uma baixa percentagem de professores formados no Instituto Pedagógico. Todos os professores inqueridos são formados em Educação Física, sendo 52% com bacharelato e 35% são licenciados. O que é bastante satisfatório, pois, mostra que o ensino está minimamente preparado para educar de forma harmoniosa as crianças, o que é um dos objectivos fundamentais da Educação Física.

Esses professores têm mais de 3 anos de experiência em leccionação em Educação física, tempo suficiente para perceber a monotonia que se tem tornado a aulas de Educação Física.

As perguntas de 5-11 serviram para fazer o levantamento dos conhecimentos dos professores em relação à Ginástica Rítmica.

No dia-a-dia de nossa profissão nos defrontamos com uma prática de Educação Física Escolar que foge daquela que se é esperada, ou seja, está longe do discurso proposto, e isso causa inquietação. O trabalho, na maioria das vezes, é desenvolvido de forma mecânica e repetitiva, reproduzindo a realidade existente.

Com base nos dados obtidos, comprovamos que os 70% professores conhecem pouco, ou mesmo muito pouco sobre a Ginástica Rítmica, e somente 22% conhecem muito.

Apesar dos professores inqueridos terem a GR como matéria curricular na sua formação, apresentam dificuldades em lecciona-la nas aulas de Educação Física, ou melhor dizendo, não leccionam a GR nas aulas. Factos que podemos confirmar com os dados do gráfico 7, onde 83% dos professores diz não leccionarem a GR nas aulas. Alegam não estar preparados, não ter condições (espaço) e nem materiais adequados para desenvolvimento essa modalidade nas suas aulas, o que evidencia a ideia da GR

ligada ao desporto de competição, unicamente no formato institucionalizado.

Identificamos que a ausência de experiência dos académicos com a GR aliada às dificuldades constatadas no decorrer da disciplina, provocavam falta de interesse pelos mesmos e em decorrência desses fatos, as aulas apresentavam resultados insatisfatórios e monótonos.

O que podemos deparar, também, é o facto de 70% dos professores afirmar que os Programas de Educação Física, não abarcam conteúdos de GR. Isso, de certeza, servirá como barreira para os professores que gostariam de ter a GR como matéria curricular de ensino.

Nesse aspecto, existem algumas preocupações no momento histórico em que vivemos, uma delas é a preocupação em relação à ginástica que aparece nos currículos de cursos de graduação em Educação Física em variadas manifestações ginásticas, porém esse conteúdo da cultura corporal, praticamente, está inexistente no meio escolar.

As perguntas de 12-18 serviram para fazer o levantamento das opiniões dos professores quanto a leccionação da Ginástica Rítmica nas escolas secundárias, assim como os métodos e conteúdos mais adequados para o ensino dessa modalidade.

O que nos deixou bastante motivados e ao mesmo tempo preocupados, é o facto de 100% dos professores concordarem que a GR contribui para o desenvolvimento motor da criança e 91% concorda que a GR deve ser leccionada na escola, mas mesmo assim, optam em não utilizá-la como matéria curricular devido às dificuldades que a modalidade apresenta.

Os professores apontam como motivo para a presença da GR como matéria curricular o enriquecimento do programa de Educação Física, ajudar a Educação física a atingir os seus objectivos principais, porque a Ginástica Rítmica é uma modalidade que completa o aluno no domínio da sua personalidade e do próprio “EU”, ajuda a desenvolvimento da coordenação e é uma matéria curricular muito interessante de se aprender.

O que poderia então legitimar a presença da GRD nos Programas de Educação Física é, a afirmação que encontramos em Bracht et al. (1993:77) que diz que “a presença da ginástica no programa se faz legítima na medida em que permite ao aluno a interpretação subjectiva das actividades ginásticas, através de um espaço amplo de liberdade para vivenciar as próprias acções corporais”.

Na opinião dos professores o nível mais “adequado” para iniciar o ensino da GR nas escolas secundárias seria o 1º ciclo (7º e 8º ano), isso porque deve-se formar as crianças

da base, é a fase onde os alunos estão abertos para receber novas aprendizagem e é a faixa etária mais adequada, sendo esse último com uma percentagem bastante significativa em relação às outras (48%).

Segundo Berra Monique (1997:13), pode-se praticar a Ginástica Rítmica em todas as idades. Começa-se em geral aos oito anos. Isso leva-nos a concluir que, no ensino secundário, quando mais cedo iniciar o ensino da GR, mais impacto e vantagens trará para os alunos.

Entrando numa outra categoria de pergunta, que aborda o método mais adequado para o ensino da GR, 39% dos professores acham que iniciar o ensino com exercícios básico surte mais impacto nos alunos, enquanto 26% acreditam que a manipulação dos materiais e também, os movimentos coreografados são mais adequados para o ensino da Ginástica Rítmica.

Esses professores não estão longe do que é “o indicado” para o ensino da GR nas escolas, uma vez que, num trabalho feito sobre “A Ginástica Rítmica nas escolas” de Renaldi Ieda, aponta como sugestões de encaminhamento para a didáctica-pedagógica os movimentos básicos de mão livres da GR, entender as diferentes possibilidades de movimento e o esquema corporal por meio de formas básicas de movimentar-se como: andar, correr, saltitar, saltar, rastejar, balancear, circundar, girar, rolar, estender, ondular, entre outros. Também, indicou movimentos de manipulação, manuseio de materiais da GR combinados com movimento corporais, elaboração de composições de GR a partir dos conhecimentos gímnicos conhecidos e construídos, como conteúdos para serem trabalhados nas primeiras fases do ensino da Ginástica Rítmica nas escolas.

Ao analisar os dados verificamos que, os professores demonstraram ter conhecimento sobre a GR, apesar de alegarem conhecer pouco ou muito pouco, isso quando indicam métodos e conteúdos para abordar a Ginástica Rítmica nas escolas.

Apesar disso, notamos que os conhecimentos de GR sequer é trabalhado, muito provavelmente os alunos nem saibam que o que estão fazendo em alguns momentos das aulas de EF faz parte de uma sistematização gímnica, isto porque, tem uma função utilitarista, ou seja, os professores disseram que utilizam a GR “como aquecimento ou volta a calma” ou ainda apresentaram “conceito equivocado no que se refere a conhecimento e estratégia”.

Essa visão mostra que os professores têm a Ginástica Rítmica como um desporto de rendimento, ao invés de, desporto de educação. Parece-nos claro que trabalhar a GR nos moldes do desporto de competição ou de rendimento no ensino escolar, além de ser

mais fácil (porque está pronto e não precisa ser pensado), é mais valorizado porque compactua com o paradigma vigente de mera transmissão de conhecimento, acreditando que isto basta para uma formação de qualidade.

7. CONCLUSÃO

A Educação Física precisa ser repensada enquanto prática pedagógica. Necessita de um momento especial para reflexão, momento este que promova sua existência enquanto disciplina curricular e valorize seus objectivos.

O interesse pela GR enquanto conteúdo educacional se mostra evidente nesse trabalho, isso por acreditar que em Cabo Verde, a manifestação da cultura na escola precisa de mudança pois, há muito se orienta para os desportos colectivos.

Apesar da limitação do estudo realizado, essa pesquisa deu-nos a possibilidade de conhecer, de uma forma muito abrangente, a realidade da GR nas escolas secundárias da Praia e as limitações que os professores apresentam, que os impedem de abordar a GR nas aulas como conteúdo curricular.

Os dados obtidos levaram-nos à compreensão e avaliação das capacidades/possibilidades e dificuldades que os professores apresentam em relação à GR.

Esse estudo possibilitou-nos, também, identificar os problemas relacionados com a abordagem da GR nas escolas e a importância da escolha “correcta” dos métodos e conteúdos de ensino da GR, de modo a ser apropriada aos alunos, contribuindo para desenvolver as suas capacidades máximas.

O nosso interesse e sensibilidade pela problemática da GR enquanto conteúdo curricular saíram mais acentuados com a experiência decorrente do estudo.

Em fim, o estudo permitiu-nos perceber que as instituições formadoras devem ter o papel de possibilitar a apropriação dos saberes relacionados com a GR e as ferramentas necessárias para sua transposição no espaço escolar, independente do nível de ensino. É necessário começar a tratar a GR como um conhecimento e não simplesmente como uma actividade.

Para a realização deste estudo levantaram-se algumas questões para as quais obtivemos as seguintes respostas:

Relativamente à **pergunta 1** (“Como a GR pode enriquecer o Currículo de Educação Física Escolar?”), a GR, juntamente com outros conteúdos escolares, é importante porque pode contribuir para que o aluno possa constatar, interpretar, compreender, explicar e intervir, de maneira crítica e autónoma na realidade. A GR garante uma vasta gama de actividades motoras, o que ajuda a preencher as lacunas que o currículo de Educação Física apresenta, isso em termos de diversificação do ensino.

A GR é rica em termos de movimentos e permite ao corpo o uso da arte, da criatividade e da capacidade física que pode contribuir para o enriquecer da Educação Física, enquanto disciplina curricular.

De acordo com os dados, 65% dos professores tiveram a GR como matéria curricular na sua formação. Pelo que, supostamente, deveriam estar preparados para trabalhar com essa modalidade nas suas aulas. Isso não acontece, uma vez que, 83% dos professores diz que não lecciona aulas de GR, por falta de conhecimento, por falta de material e, principalmente, por falta de condições.

No que toca à **pergunta 2** (“Qual o melhor método de ensino da GR nas escolas?”), de acordo com o estudo realizado nas escolas secundárias da Praia, os professores consideram que, iniciar o ensino da GR com exercícios básicos é um método que certamente surte efeitos positivos nos alunos. Alguns também, concordam que o ensino através da manipulação dos materiais e movimentos coreografados são métodos adequados para abordar a GR nas escolas.

Essa constatação, veio a confirmar a nossa hipótese levantada. A forma mais adequada de ensino da GR nas escolas é fazer as crianças passarem por um processo de ambientação, nos aspectos referentes ao domínio do corpo, o conhecimento dos aparelhos e as diversas formas de os manusear, bem como o ritmo e a música coreografados com os movimentos.

Segundo Tibeau (1988) a Ginástica Rítmica possui três características básicas marcantes: movimentos corporais, manuseio de materiais e acompanhamento musical apropriado. Isso leva-nos a concluir que, para um ensino da GR com qualidade e que garanta um desenvolvimento global da criança, é necessário levar em conta as características básicas da GR.

Importa referir, que, ao desconhecer os métodos de ensino da GR para a vertente educativa, os profissionais de ensino não apresentam condições académicas e nem materiais para trabalhar a GR nas escolas, com a agravante de não terem nos programas de Educação Física a GR como disciplina curricular, que ajude o professor a orientar-se, garantindo assim um trabalho direccionado ao desenvolvimento digno da criança.

Tendo em conta as nossas perguntas iniciais e os objectivos a elas inerentes, desencadeamos todo um trabalho investigativo, visando obter uma resposta. Nesta perspectiva, esperamos, ainda que de forma muito modesta, ter cumprido com o nosso

compromisso inicial em trabalhar, investigar e incentivar os professores das escolas secundárias da Praia a trabalhar a GR nas suas aulas.

Em jeito de conclusão gostaríamos de deixar aqui patentes as seguintes considerações:

Valeu a pena, pelos ganhos conseguidos durante esta caminhada e por todas as transformações em nós operados ao longo deste percurso.

E, é importante acreditar que educar pelo movimento é uma das hipóteses mais correctas de realização de um trabalho significativo, de construção e aperfeiçoamento das potencialidades de cada indivíduo.

8. Limitações e Recomendações

Queremos referir o quão difícil foi a elaboração deste trabalho devido aos diversos obstáculos que encontramos pelo caminho, tais como:

- A escassa produção bibliográfica nessa matéria a nível nacional;
- A falta de profissionais na área GR;
- A dificuldade de encontrar orientador interessado em trabalho com a GR
- Um défice muito acentuado no que toca às informações sobre a GR em Cabo Verde.

Sugerimos que, deve ser (re) pensada a abordagem da GR nas formações dos profissionais de Educação Física, com vista a mudar a mentalidade dos professores, criando assim, mais interesse e motivação pela modalidade.

Os profissionais de Educação Física precisam, reflectir sobre as mudanças que devem ser feitas nas práticas pedagógicas da Educação Física nos diferentes níveis e modalidades de ensino.

Sugerimos que haja uma intervenção dos órgãos competentes quer no processo da preparação dos professores quer na reformulação dos currículos, de modo a facilitar a inserção da GR no processo educativo dos alunos.

9. BIBLIOGRAFIA

AUTORES, C. D. (1992). *Metodologia do Ensino de Educação*. São Paulo: Cortez.

BARBOSA-RINALDI, I. P. B. e CESÁRIO, M. Ginástica Rítmica: realidade escolar e possibilidades de intervenção. *Fiep Bulletin*. Vol. 75 (2), Janeiro de 2005. pág. 36-40.

BARBOSA RINALDI, I. P. e SOUZA, E. P. M. de. A Ginástica no Percurso Escolar dos Ingressantes dos Cursos de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual de Maringá e da Universidade Estadual de Campinas. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. Vol 24 (3), maio de 2003. Pág. 159-173.

BARBOSA, I. P. e MARTINELI, T. A. Projeto De Apoio Ao Ensino Da Disciplina.

BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 1977.

BIZZOCCHI, L. A. *Manual de Ginástica Rítmica Desportiva*. Araçatuba: Leme Empresa Editorial Ltda.

BODO-SCHIMID. (1978). *Gymnastique Rythmique Sportive*. Pari: Editions.

BOTT, Jenny . *Ginástica Rítmica Desportiva*. São Paulo:Manole, 1986.

BOTTI, M. *Ginástica Rítmica: Estudo Do Processo De Ensino-aprendizagem-Treinamento Com Suporte Na Teoria Ecológica*. Florianópolis. 2008. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal de Santa Catarina.

BRACHT, V. e MELLO, R. A. *Educação física: revisão crítica e perspectiva*. **Revista da Educação Física/UEM**. 3(1):3, 1992.

CAÇOLA, P. *A Iniciação Esportiva Na Ginástica Rítmica*. **Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança**, vol. 2(1), Mar. 2007. p. 9-15.

CAÇOLA, P.; LADEWIG, I.; RODACKI, A. *Comparison between part practice versus whole practice while learning the corza jump in RG. Fiep Bulletin*, V. 74, p. 283-284, 2004.

CESÁRIO, M. *A Organização do Conhecimento da Ginástica no Currículo de Formação Inicial do Profissional de Educação Física: realidade e possibilidades – Recife, Pernambuco: [s.n.], 2001. Dissertação (Mestrado em Educação) Curso de Mestrado em Educação da Universidade Federal de Pernambuco, Recife.*

DARIDO, S. C. e RANGEL, I. C. A. *Educação Física na Escola: Implicações para a Prática Pedagógica. (Educação Física no Ensino Superior)*. 1ª ed. Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, 2005.

_____. *Educação física escolar: a busca de relevância. In: PICOLLO, V. L. N. (Ed.). Educação física escolar: ser... ou não ter?* Campinas: Unicamp, 1995.

GAIO, R. *Ginástica Rítmica Desportiva “Popular” uma Proposta Educacional*. São Paulo: Robe Editorial, 1996.

GINÁSTICA RÍTMICA DESPORTIVA. Revista da Educação Física. Vol 9(1). 1998. Pag. 103-109

GRECO, P.; BENDA, R.. *Iniciação Esportiva Universal/ 1. Da aprendizagem motora ao treinamento técnico*. 1. ed. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2001.

HOSTAL, P. *Pedagogia da Ginástica Olímpica*. SP: Manole Editora, 1982

HÜHNE, L. M. *Metodologia científica: cadernos de textos e técnicas*. 6. ed. Rio de Janeiro: Agir, 1995

LAFFRANCHI, Bárbara. *Treinamento Desportivo Aplicado à Ginástica Rítmica*. Londrina, Unopar, 2001.

LE BOULCH, J. (1988). *Educação Psicomotora - a psicocinética na idade escolar*. Porto Alegre: Editora Artes Médicas Sul Ltda.

LISITSKAYA, T. *Gimnasia Rítmica - Deporte e Entrenamiento*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

MENDIZÁBAL, S. M. (1985). *Gimnasia Rítmica 1-manos libres, cuerda y pelota*. Madrid: Gymnos S.A.

Nista-Piccolo, L. S. *A ginástica vai à escola*. São Paulo

SCHIAVON, L. M. *O projeto “Crescendo com a Ginástica”: uma possibilidade na escola*. 2003. 182 f. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Educação Física, UNICAMP, Campinas, São Paulo, 2003.

SOARES, C. L. et all. *Metodologia do Ensino da Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.

SOUZA, E. P. M. de. *Ginástica Geral: uma área do conhecimento da Educação Física*. Campinas, SP: [s.n.], 1997. Tese (Doutorado em Educação Física) Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas, Campinas.

TIBEAU, C. *Ensino da Ginástica Rítmica Desportiva pelo método global: Viabilidade e Eficácia*. 1988. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Escola de Educação Física da Universidade de São Paulo, São Paulo.

MONTEIRO, A. *As Redes Tecidas entre a Ginástica Rítmica e o Movimento Corporal dos 4 aos 6 anos*. 2003. Monografia apresentada à Universidade Cândido Mendes.

TIBEAU, C. *Ensino da Ginástica Rítmica Desportiva pelo método global: Viabilidade e Eficácia*. 1988. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Escola de Educação Física da Universidade de São Paulo, São Paulo.

TOLEDO, E. *As fronteiras da Ginástica Geral in I Fórum Brasileiro de Ginástica Geral*. Campinas, SESC e UNICAMP, 1999.

ANEXO 1 – QUESTIONÁRIOS AOS PROFESSORES

MISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E ENSINO SUPERIOR
UNIVERSIDADE DE CABO VERDE - UNICV
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS

Questionário Dirigidos aos Professores

O presente questionário destina-se aos professores de Educação Física das escolas secundárias da Praia e enquadra-se no âmbito de investigação científica para a obtenção do grau de licenciatura em Educação Física. O objectivo é recolher informações sobre a Ginástica Rítmica como matéria curricular nas escolas secundárias da Praia.

Os dados desse questionário são confidenciais e servirão exclusivamente para este trabalho.

Andylea Patrícia Correia Lopes

Por favor assinala com uma cruz (+) nos quadros e escreva as respostas utilizando as linhas com espaço em branco.

1. Sexo:

Masculino ☐

Feminino ☐

2. Idade:

[20 – 25 anos] ☐

[26 – 31 anos] ☐

[32 – 37 anos] ☐

[38 – 43 anos] ☐

[44 – 49 anos] ☐

+ de 50 anos ☐

3. Tempo de serviço (como professor de Educação Física)

[0 – 5 anos] ☐

[6 – 11 anos] ☐

[12 – 17 anos] ☐

+ de 18 anos ☐

4. Habilitação Académica

Mestre ☐

Instituto Pedagógico ☐

Licenciado ☐ 12º Ano ☐
Bacharelato ☐ Outro _____ (indica qual)

Das questões que se encontram abaixo, assinale com uma cruz a sua resposta.

5. Qual o seu conhecimento sobre a Ginástica Rítmica Desportiva?

Conheço muito ☐
Conheço pouco ☐
Conheço muito pouco ☐
Desconheço ☐

6. Lecciona a Ginástica Rítmica Desportiva na escola?

Sim ☐
Não ☐

Se não, qual o motivo? _____

7. Na sua formação, a Ginástica Rítmica Desportiva incluiu-se como matéria curricular?

Sim ☐
Não ☐

8. Os Programas de Educação Física abarcam conteúdos para a leccionação da Ginástica Rítmica?

Sim ☐
Não ☐

9. Na sua escola existe condições para a leccionação de Ginástica Rítmica?

Sim ☐
Não ☐

10. Os seus colegas costumam falar da Ginástica Rítmica como matéria de ensino?

Sim ☐
Não ☐

11. Concorda que a Ginástica Rítmica Desportiva contribui para o desenvolvimento motor dos alunos?

Sim ☐
Não ☐

12. Concorda com a leccionação da Ginástica Rítmica Desportiva nas escolas secundárias?

Sim ☐

Não ☐

Porquê? _____

13. Acha que a abordagem da Ginástica Rítmica Desportiva teria impacto nos alunos?

Sim ☐

Não ☐

14. Para si, qual o nível mais adequado para iniciar a leccionação da Ginástica Rítmica?

1º ciclo (7º e 8º ano) ☐

2º ciclo (9º e 10º ano) ☐

3º ciclo (11º e 12º ano) ☐

Porquê? _____

15. Na sua opinião, qual o método mais adequado para ensinar a Ginástica Rítmica?

Com exercícios básicos ☐

Com manipulações dos aparelhos ☐

Com movimentos coreografados ☐

Outros ☐

16. Para si, quais os conteúdos mais indicados para trabalhar a Ginástica Rítmica Desportiva na escola? (aponta pelo menos 3)

Assimetria e bilateralidade ☐

Formação motora ☐

Formação perceptiva motora ☐

Elementos corporais específicos ☐

Técnicas com aparelhos ☐

Percepção rítmica musical ☐

Criação de cooreografia ☐

Outros ☐ Qual? _____

Obrigada pela colaboração!